

ō

LEV

dōTERRA-livsstilen



Gratulerer!

Ditt valg om å benytte deg av helhetlige helsetilbud, som du selv har regien over, gir deg styrke i hverdagen. Bruk denne guiden til å gjøre deg kjent med de effektive fordelene ved dōTERRAs eteriske oljer og sette sammen en personlig tilpasset velværeplan.



Lev en livsstil basert på velvære

dōTERRAs livsstilspyramide viser at velvære er en kombinasjon av livsstil og helse. Når livsstilen står i fokus, er det lettere å ivareta helsen på en naturlig måte. De daglige vanene dine gjør hele forskjellen. Når du følger prinsippene i livsstilspyramiden og bruker dōTERRAs effektive produkter, vil du erfare nye nivåer av helhet.

Se for deg et liv hvor det er enkelt å finne løsninger. Med en referanseguide og en eske med dōTERRAs CPTG™ eteriske oljer for hånden, er du klar til å ivareta 80 prosent av velværebehovene du prioriterer. De gangene du har behov for støtte fra en spesialist, kan du samarbeide med en som kan hjelpe deg med å finne de beste vitenskapelige og naturlige løsningene.

Lag deg gode rutiner for velvære

Vurder deg selv på hvert område (1-10)



Beskytt og gjenopprett

Bruk dōTERRA On Guard™ og Frankincense som en del av din daglige rutine.

Oppfriskende og rensende

Tilsett en dråpe Lemon eller Tangerine i drikkevannet ditt for å få en rensende og oppfriskende smak.

Calm and Ground

Bruk Lavender til å skape en avslappende atmosfære og dōTERRA Adaptiv™ til å fremme tilstedeværelse.

Lindre

Bruk Deep Blue™ Rub før og etter trening. Påføres utvortes på områder hvor det er behov.

Integrer tretrinnsystemet MetaPWR™ i de daglige vanene dine for å støtte den metabolske helsen.



Gi næring, støtte og styrke

Maksimer det daglige næringsinntaket med dōTERRA Lifelong Vitality Pack™, en trio virkningsfulle kosttilskudd som støtter kroppen din.

ZenGest TerraZyme™ er en merkebeskyttet kombinasjon av enzymer som ofte mangler i et moderne kosthold.

Tilfør prebiotisk fiber og probiotiske mikroorganismer med PB Assist+.

Ernæring og fordøyelse

Gi kroppen din det den trenger for å trives. dōTERRA sine kosttilskudd er et ideell følgesvenn til dine eteriske oljer.



GODE DAGLIGE RUTINER FOR VELVÆRE OG LIVSSTIL

- Spis sunne og ferske matvarer.
- Unngå sukker, koffein, melkeprodukter og bearbeidet mat.



dōTERRA Lifelong Vitality Pack™

Inneholder naturlige ingredienser, mikronæringsstoffer og omega fettsyrer.



CP+ Softgels

Softgels inneholder beta-karofyllen, som er kjent for å lindre fordøyelsessystemet.



ZenGest TerraZyme™

Terrazyme hjelper deg med å utnytte fordelene ved et sunt kosthold ved å bidra til at kroppen din får de næringsstoffene den trenger.



PB Assist+™ og PB Assist™ Jr.

Tilfører kroppen en unik blanding av seks ulike probiotiske stammer.



dōTERRA a2z Chewable™ og IQ Mega™

Begynn dagen med god næring, noe som er viktig for barn som vokser og utvikler seg.

TILSETT I VANN

Tilsett disse eteriske oljene i vann med eller uten kullsyre for å gi det en deilig smak:

- Lemon
- Lime
- Grapefruit og Cassia
- Lime og Grapefruit

For en beroligende te tilsetter du 1 dråpe Peppermint, Ginger eller On Guard™ i varmt vann.

GRØNN SMOOTHIE

- ½ frossen banan,
- 200 g frosne blåbær eller jordbær,
- 2 håndfuller med baby-spinat eller grønnkål,
- 375 til 400 ml usøtet mandelmelk,
- 1 skje måltidserstatningspulver etter eget valg,
- 1 dråpe av den eteriske oljen **Tangerine**,
- 1 dråpe av den eteriske oljen **Coriander**

Tilsett ingrediensene i en mikser og kjør til blandingen er jevn.

HAVREGRØT

Tilsett **Cinnamon**, **On Guard™** eller **Tangerine** i grøten.

Trening og bevegelse

Kroppen din er skapt for bevegelse. Trening styrker musklene, støtter hjertet, blodomløpet, lymfesystemet og gir andre viktige fordeler. Eteriske oljer og kosttilskudd hjelper deg med å holde deg aktiv og sterk, fordi du får økt fokus og velvære.



CODE DAGLIGE RUTINER FOR VELVÆRE OG LIVSSTIL

- Vær i bevegelse minimum 30 minutter daglig.
- For økt fleksibilitet, tøy ut eller gjør yoga.



dōTERRA Air™

Gir en følelse av å puste lettere.

Masser 1-2 dråper på brystet. Tynnes ut ved behov.



Deep Blue Rub™

Deep Blue Rub forener eteriske oljer som er kjent for å lindre og kjøle ned muskler og ledd.

Påføres før og etter trening eller aktivitet for å fremme bevegelighet og restitusjon.



Deep Blue™ Stick + Copaiba

Denne brukervennlige stiften tilfører problemområder midlertidig, målrettet lindring og inneholder fuktgivende ingredienser som gjør at huden kjennes myk og ikke-fettet.

Påføres problemområder etter behov.



Deep Blue Polyphenol Complex™

Inneholder ekstrakt fra ingefær, gurkemeie, resveratrol og andre polyfenoler.

Innta to kapsler sammen med mat hver dag, én om morgenen og én om kvelden.



Mito2Max™

Støtt din travle livsstil med en merkebeskyttet blanding av standardiserte planteekstrakter og kofaktorer som er viktig for god forbrenning.

Innta én kapsel daglig.

Brukes for å erstatte koffeinholdige drikker over lengre tid.



Turmeric Dual Chamber Capsules

Inneholder gurkemeieekstrakt (jordstengelen) med curcuminoider som bidrar til å opprettholde sunne ledd og bein.

Ta én kapsel sammen med frokost og én med middag for å støtte en aktiv livsstil.

SJOKOLADE OG PEPPERMYNTE SHAKE

235 ml kokosvann eller mandelmelk

2 skjeer måltidserstatning med sjokoladesmak

1 dråpe **Peppermint** eterisk olje

Isbiter (hvis du ønsker det)

Bland alle ingrediensene til det er en jevn drikk.

PRØV OGSÅ

Kombiner måltidserstatningssshaken med frosne bær, bananer og 3 dråper **Tangerine**.

Metabolisme

Din metabolske helse og biologiske alder henger sammen. Når du blir eldre, eldes også den metabolske funksjonen. Metabolismen påvirker energien, vekten, kroppssammensetningen, søvnkvaliteten og de kognitive prosessene. Jo sterkere og sunnere den metabolske funksjonen er, desto bedre vil du føle deg i hele kroppen. Bruk hele MetaPWR™-systemet i tre trinn for å optimalisere din metabolske helse og leve livet til fulle.

DAGLIG RUTINE

Kombiner MetaPWR™-produktene med et balansert, sunt kosthold for å få best mulige resultater.

FROKOST

- 1 porsjonspose MetaPWR™ Advantage i en shaker
- 1 MetaPWR™ softgel eller 2–4 dråper av blandingen i vann

LUNSJ

- 1–2 ZenGest TerraZyme™-kapsler sammen med et næringsrikt, sunt måltid
- 1 MetaPWR™ softgel eller 2–4 dråper av blandingen i vann

MIDDAG

- 1 MetaPWR™ Assist-kapsel 15–30 min før dagens største sunne måltid
- 1–2 ZenGest TerraZyme™-kapsler
- 1 MetaPWR™ softgel eller 2–4 dråper av blandingen i vann

LEGGETID

- 1 MetaPWR™ softgel (valgfritt)

GODE DAGLIGE RUTINER FOR VELVÆRE OG LIVSSTIL

- Ha et sunt kosthold, beveg deg ofte og sørg for at du får søvn av god kvalitet.
- Bruk smarte tilskudd til å supplere tiltak rettet mot den metabolske helsen.



dōTERRA™ MetaPWR™



TRINN 1: METAPWR ETERISK OLJEBLANDING

MetaPWR™ Eterisk oljeblanding – 15 ml, Beadlets og Softgels

MetaPWR Eterisk oljeblanding inneholder en merkebeskyttet blanding av de eteriske oljene Grapefruit, Lemon, Peppermint, Ginger og Cinnamon, alle av CPTG™-kvalitet. MetaPWR Eterisk oljeblanding kommer i flere varianter for å være så praktisk og tilgjengelig som mulig.



Softgels:

Ta én til tre softgels i løpet av dagen.



Beadlets:

Innta opptil fire beadlets daglig.



Oljeblanding:

Tilsett to til fire dråper i vann én eller flere ganger om dagen.

TRINN 2: METAPWR ASSIST



MetaPWR™ Assist

MetaPWR Assist inneholder flere naturlige forbindelser som i kliniske forsøk har vist seg å fremme en sunn metabolisme. Ekstrakt av morbærblad kan bidra til å opprettholde balansen i kroppens karbohydratmetabolisme.*

Innta én kapsel daglig 15–30 minutter før dagens største måltid.

TRINN 3: METAPWR ADVANTAGE



MetaPWR™ Advantage

MetaPWR Advantage inneholder ni typer typer kollagentripeptider fra marine kilder og NMN (nikotinamid-mononukleotid) som kan bidra til produksjonen av NADH og NAD+.

Ta én porsjonspose daglig med en kald drikk etter eget ønske og bland godt.

Les mer om ingredienser, advarsler og instruksjoner om bruk på etikettene.

*Disse helsepåstandene er fortsatt under behandling i EU og EFSA.

All informasjonen er korrekt på produksjonstidspunktet.

Avslapping og stressreduksjon

Magien ved god søvn er noe vi alle trenger, men ofte forsømmer. Nok søvn kan gi humøret et løft og kroppen anledning til å hente seg inn og fornye seg. Ved å bruke eteriske oljer kan du fremme følelser av ro og avslapping i kroppen.

GODE DAGLIGE RUTINER FOR VELVÆRE OG LIVSSTIL

- 7-9 timer kvalitetssøvn hver natt.
- Daglig mindfulness/meditasjon.

AVSLAPPENDE BADESALT

350 g salt (epsom),
10 dråper dōTERRA Balance™,
dōTERRA Serenity™, eller Lavender
Bland og tilsett det i badevannet.

Følelsmessig balanse

Føl deg vel, og behold balansen. Identifiser din(e) følelse(r) og finn dōTERRA™ oljen(e) som vil støtte følelsmessig balanse.



MOTIVATE™

Oppmuntrende blanding
Øker troen på deg selv, motet og selvtilliten din.
Slipp kreativiteten fri slik at du oppnår gode resultat.



PEACE™

Betryggende blanding
Fremmer følelse av trygghet og ro. Finn tilbake til en følelse av fred og tilstedeværelse.



CONSOLE™

Komfortblanding
Føl deg mer håpefull, trygg og følelsmessig balansert.



FORGIVE™

Fornyende blanding
Se på fremtiden med lettelse og nye øyne.



CHEER™

Oppløftende blanding
Fremmer et godt humør, en optimistisk innstilling, og gir økt lykkefølelse og positivitet.



PASSION™

Inspirerende blanding
Finn tilbake til entusiasmen. Få viljen til å ta risiko og oppdage nye ting.

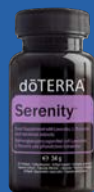


Favoritter som fremmer ro

dōTERRA Serenity™ og Lavender
Påfør et par dråper Lavender eller dōTERRA Serenity™ på fotsålene ved leggetid.



dōTERRA Serenity™ Softgels
Ta én til to dōTERRA Serenity™ Softgels før leggetid.



dōTERRA Calmer™
Rull blandingen på nakken og brystet som en del av et avslappende ritual om kvelden.



Wild Orange og Vetiver

Kombiner én til tre dråper av hver olje og masser blandingen under føttene og ryggen for å oppnå en øyeblikkelig beroligende virkning.



On Guard™ og dōTERRA Air™

Gurgle én til to dråper On Guard™ og påfør dōTERRA Air™ utvortes.



dōTERRA Laluz™

Laluz har opptil åtte timers driftstid og tre lysinnstillinger som passer til humøret ditt.



Redusere mengden syntetiske ingredienser

Kroppen har også behov for sine perioder med regenerering. dōTERRA sine eteriske oljer med CPTG™ kvalitet støtter kroppens naturlige fornyelsesprosess og fremmer velvære.

GODE DAGLIGE RUTINER FOR VELVÆRE OG LIVSSTIL

- 8-10+ glass med vann daglig.
- Erstatt kommersielle rense- og egenpleieprodukter.



BRUK dōTERRA PRODUKTER I 30 DAGER FOR Å OPPNÅ VELVÆRE

DAG 1-30



Lifelong Vitality Pack™

2 kapsler hver morgen og kveld sammen med mat.



ZenGest TerraZyme™

1-3 kapsler daglig sammen med mat.



Zendocrine™ Softgels

1 softgel daglig.

DAG 11-20



GX Assist™

1 softgel daglig sammen med morgen- eller kveldsmåltidet.

DAG 21-30



DDR Prime™ Softgels

1 softgel daglig sammen med morgen- eller kveldsmåltidet.



PB Assist+™

1 kapsel morgen og kveld sammen med mat.



TIPS

Bruk sitrusoljer i vannet ditt daglig i stedet for kunstig søtning og smakstilsetning.

HVORFOR DRIKKE VÆSKE?

- Bedrer humøret
- Støtter naturlige kroppsfunksjoner
- Øker generelt velvære



Lemon

Tilsett 1 dråpe i et glass vann en gang om dagen.



Et rent og trygt hjem

Et rent hjem trenger ikke gå på bekostning av helsen. Erstatt kommersielle produkter med trygge, plantebaserte, ikke-toksiske og naturlige rengjøringsmidler som inneholder rene eteriske oljer av CPTG™-kvailtet.

GODE DAGLIGE RUTINER FOR VELVÆRE OG LIVSSTIL

- Eliminer kommersielle rengjøringsprodukter.
- Bruk plantebaserte, ikke-toksiske renjøringsmidler.



dōTERRA abōde™

Består av eteriske oljer av CPTG™-kvalitet som er kjent for sine rensende bestanddeler, inkludert limonen, geranial og neral.



On Guard™ Cleaner Concentrate

Allsidige On Guard™ Cleaner Concentrate er perfekt til å rengjøre harde overflater både på kjøkkenet og badet og i andre rom i hjemmet, samtidig som den etterlater en ren, forfriskende duft.



On Guard™ Laundry Detergent

On Guard™ Laundry Detergent er et høykonsentrert (6X) vaskemiddel som takket være kraften i On Guard-blandingen og plantebaserte enzymer fjerner flekker og gir fantastisk rene klær.



On Guard™ Foaming Hand Wash

On Guard Foaming Hand Wash, som er forsterket med eteriske dōTERRA-oljer av CPTG™-kvalitet (Certified Pure Tested Grade), tilbyr fordelene ved en av dōTERRAs mest populære merkebeskyttede eteriske oljeblandinger.



Brun dispenser til skummende håndsåpe

Skumdispenseren er den mest anvendelige måten å bruke On Guard Foaming Hand Wash på. Det rene designet gir et vakkert og diskre uttrykk når du vasker hendene både hjemme og på kontoret.

Naturlig egenpleie

Du trenger ikke ta til takke med hvilke som helst ingredienser i egenpleierutinen. Velg trygge og naturlige produkter som gir en renere livsstil. Erstatt kommersielle produkter til personlig pleie med dōTERRAs alternativer, som inneholder naturlige ingredienser og er basert på eteriske oljer.



GODE DAGLIGE RUTINER FOR VELVÆRE OG LIVSSTIL

- Eliminer kommersielle rengjøringsprodukter.
- Bruk trygge og naturlige produkter i egenpleierutinen.



Essential Skin Care (Eterisk hudpleie)

dōTERRA Essential Skin Care er utviklet spesielt for å motvirke og forebygge synlige tegn til aldring.



Yarrow | Pom-kolleksjonen

Yarrow | Pom-produktene er svært virkningsfulle og tilbyr en effektiv plantebasert tilnærming til generelt velvære. Denne vitenskapelig utviklede produktserien er revolusjonerende – en frisk tilnærming til skjønnhet.



dōTERRA™ hårpleie

Utvalget er tilsatt nøye utvalgte eteriske oljer og planteingredienser og inneholder ingen sterke kjemikalier.



Oral helse

Bruk On Guard™ Whitening Toothpaste and Mouthwash morgen og kveld og få et naturlig lysere smil.



dōTERRA™ sun

Hvert produkt tilbyr bredspektrert beskyttelse med solfaktor 30 og inneholder verken syntetiske dufter, oksybenzon eller ftalater.

Informert egenpleie

Gjør det til en vane å bruke dōTERRA som første løsning for å pleie og beskytte deg selv. Få nyttig kunnskap om de ulike bruksområdene ved å slå opp i en troverdig brukerhåndbok om eteriske oljer.

GODE DAGLIGE RUTINER FOR VELVÆRE OG LIVSSTIL

- Benytt naturlige løsninger som førstelinjeforsvar.
- Finn bruksmuligheter i en håndbok om eteriske oljer.



NØKKELKNIPPE MED 8 GLASS

Ta med de 8 mest brukte oljene, slik at du er klar for allt!

FAVORITTER TIL NØKKELKNIPPET

Lavender
ZenGest™
Peppermint
Frankincense

dōTERRA Air™
On Guard™
Deep Blue™
Tea Tree



On Guard™ Hand Purifying Mist og Hand Wipes

Perfekt når man er på reise, skolen eller jobb – og for familier på farten.



On Guard™ Softgels og Drops

Innta en softgel eller en pastill ved behov for økt støtte.



dōTERRA Air™

Påfør blandingen utvortes eller ta en pastill som målrettet støtte.



Correct-X™

Bruk salven på huden ved behov for lindring ved mindre hudirritasjoner.



Lavender

Påføres utvortes for å lindre sporadiske hudirritasjoner.



Peppermint

Bruk oljen for å oppnå en kjølede fornemmelse. Tynn ut etter behov.



Tea Tree

Ved sporadiske hudirritasjoner kan du påføre én til to dråper på det berørte området.



ClaryCalm™

Har en avkjølede effekt på huden og bidrar til å lindre og balansere sterke følelser.

Tilpass din velværeplan

1 ERNÆRING OG FORDØYELSE

Gi næring som støtter og styrker



☐ dōTERRA Lifelong Vitality Pack™



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



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



☐ Daily Habits Kit

2 BEVEGELSE OG METABOLISME

Lindre og gi energi



☐ Deep Blue™ ☐ Mito2Max™ ☐ Turmeric Dual Chamber Capsules
☐ Deep Blue™ Stick

Oppkvikkende og forfriskende



☐ dōTERRA Air™ ☐ Peppermint

Metabolsk støtte



☐ MetaPWR™



☐ MetaPWR™ System Kit

3 AVSLAPNING OG STRESSREDUKSJON

Støtte til søvn



☐ Lavender ☐ Laluz Diffuser™
☐ dōTERRA Serenity™
☐ dōTERRA Serenity™ Softgels
☐ Vetiver
☐ dōTERRA Calmer™

Emosjonell støtte



☐ dōTERRA Essential Aromatics™ System



☐ Adaptiv™ ☐ Citrus Bliss™ ☐ dōTERRA Balance™



☐ Calm and Harmony Kit



Legg vekt på hvert eneste nivå, slik at du kan leve et liv fylt med styrke. Se hvordan du rangerte deg selv på hvert område, på side 3. Velg ønsket støtte fra hvert av de følgende nivåene i dōTERRAs livsstilspyramide.

4 REDUKSJON AV TOKSISITET

Støtte for kroppens renseprosess



- ☐ Lemon ☐ Zendocrin Softgels

Rengjøring med On Guard™-produkter



- ☐ On Guard™ Cleaner Concentrate ☐ On Guard™ Laundry Detergent ☐ On Guard™ Foaming Hand Wash

Hårpleie



- ☐ On Guard™ Whitening Toothpaste ☐ On Guard™ Mouthwash ☐ Hair Care



- ☐ Cleanse and Restore Kit

5 INFORMERT EGENPLEIE

Beskytte og gjenopprette



- ☐ On Guard™ ☐ Frankincense



- ☐ ClaryCalm™ ☐ Tea Tree



- ☐ PastTense™ ☐ InTune™ ☐ Correct-X™



- ☐ TerraShield™ ☐ dōTERRA Air™ ☐ dōTERRA Air™ Drops



- ☐ dōTERRA Wellness Support Kit

Hva er dine behov?

1 Skriv ned behovene dine, prioriter - og finn løsninger!

Velværebehovene som du og familien prioriterer aller høyest

Naturlige løsninger du har

Naturlige løsninger du trenger

1.		
2.		
3.		

2 Lag en daglig velværeplan.

Begynn med de grunnleggende daglige vanene oppført nedenfor. Deretter kan du legge til løsningene du identifiserte ovenfor, og innarbeide dem i den daglige planen.

	MORGEN	ETTERMIDDAG	KVELD
TILSKUDD	☐ dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ (2 Alpha CRS™, 2 Microplex VMz™, 2 xEO Mega™) ☐ 1-2 ZenGest TerraZyme™ ☐ 1 porsjonspose MetaPWR™ Advantage	☐ dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ (2 Alpha CRS™, 2 Microplex VMz™, 2 xEO Mega™) ☐ 1-2 ZenGest TerraZyme™	☐ 1 MetaPWR™ Assist før middag ☐ 1-2 ZenGest TerraZyme™ med middag ☐ 1-2 PB Assist™ ved leggetid
ETERISKE OLJER	☐ 1-3 dråper Lemon i vann ☐ 2 dråper Frankincense på fotsålene ☐ 2 dråper dōTERRA Balance™ på fotsålene	☐ 1-3 dråper Lemon i vann ☐ Bruk 4-5 dråper On Guard™ ☐ Påfør Deep Blue™ etter trening	☐ 2 dråper Frankincense på fotsålene ☐ 2 dråper dōTERRA Balance™ på fotsålene ☐ Påfør Deep Blue™ ved behov ☐ Bruk 3-5 dråper Lavender ved leggetid

*Når du begynner med dōTERRA Lifelong Vitality Pack™, skal du starte med å ta halve doser i to uker. med Måltid

3 Hvilke andre valg kan hjelpe deg å nå dine velværemål? (f.eks. øke vanninntak, sove, trene, endring av kosthold, osv.)

4 Lev bedre med velværeløsninger.

Utarbeid en 90 dagers velværeplan ved å legge til produktet du trenger i LRP-bestillingene (bør mellom den 5. og den 15. i måneden).

MÅNED 1 LRP	MÅNED 2 LRP	MÅNED 3 LRP
Dato: / /	Dato: / /	Dato: / /
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
TOTAL PV _____	TOTAL PV _____	TOTAL PV _____

Loyalty Rewards

Den smarteste måten å handle på

Du kan alltid legge inn en standard engrosbestilling for 25 prosent av utsalgsprisen, men for å få mest for pengene, bør du opprette en LRP-bestilling (Loyalty Rewards-programmet). Da kan du nemlig spare enda mer og få gratis produkter.



Kjøp én dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ og **velg** opptil tre av de følgende produktene til nedsatt pris.



Når du legger inn LRP-bestillingen, ber vi deg sjekke om de siste tilskuddene er tilgjengelige, slik at du kan velge mellom dem.

TJEN GRATIS PRODUKTPOENG I TILLEGG TIL RABATTEN PÅ 25 %

LRP-FORDELER: PROSENTANDEL TILBAKE I PRODUKTPOENG FOR GRATIS PRODUKTER



Hvordan får jeg 30 prosent tilbake i GRATIS lojalitetspoeng?

- LRP-prosenten vokser over tid fra den første måneden du bestiller etter du har blitt medlem. Frem til du når maksimumsandelen på 30 %, vokser prosentandelen med 5 % hver tredje måned når lojalitetsbestillingene er på minst 50 PV*.

Hvordan får jeg mest mulig ut av dōTERRAs kampanjer?

- Legg inn en lojalitetsbestilling på minst 125 PV (personlig volum) mellom den 1. og den 15. i måneden. På denne måten får du månedens produkt kostnadsfritt og drar fordel av eventuelle kampanjer. Vær oppmerksom på forskjellen mellom PV og pris, da mange kampanjer er PV-relatert og starter den 1. i måneden.

PERSONLIG VOLUM (PV) MÅ VÆRE OVER	1	50	100	125
Oppretthold lojalitetspoeng	●	●	●	●
Tjen LRP-produktpoeng (som kan brukes til gratis produkter) og øk prosentandelen fra 10 % til 30 %.		●	●	●
Kvalifiser deg til å få provisjon			●	●
Motta månedens gratisprodukt (bestillinger gjort mellom 1. og 15.)				●

*PV (personlig volum): Dette er en numerisk verdi som tilordnes hvert produkt. Den brukes til å kvalifisere til provisjoner, nivåer og kampanjer. Produkter som kjøpes med poeng, har ingen PV.

Hvordan bruker jeg lojalitetspoengene?

- I handlekurven velger du «Bruk belønningspoengene dine!» på produktene du vil løse ut med lojalitetspoeng. Nye poeng legges til rundt den 15. i måneden etter at en bestilling er lagt inn.

Hvordan oppretter eller endrer jeg lojalitetsbestillingen?

- For å opprette en lojalitetsbestilling holder du markøren over kontorullegardinen og klikker på «Mine lojalitetsbestillinger» for å komme i gang.
- For å endre en lojalitetsbestilling kan du velge å redigere fra hjemmesiden eller holde markøren over «Min konto» og velge «Mine lojalitetsbestillinger». Hvis du har mer enn én lojalitetsbestilling, velger du lojalitetsbestillingen du vil redigere, ved å klikke på «Administrer bestilling». Opprett så mange bestillinger du vil. Husk å avbryte bestillinger du ikke ønsker å motta følgende måned.

Hvordan avbryter jeg lojalitetsbestillingen?

- Hvis du har flere lojalitetsbestillinger, kan du når som helst avbryte disse i kontoen på nettet.
- Hvis du bare har én lojalitetsbestilling, kan du når som helst avbryte den via telefon eller e-post til kundesupport@doterra.com. dōTERRA kundesupport kan hjelpe deg med å løse inn gratis lojalitetspoeng du har samlet før annullering, slik at du ikke mister poeng. Hvis du avbryter lojalitetsbestillingen, vender du tilbake til en innledende LRP-prosent på 10 % når du gjenoppretter en regelmessig lojalitetsbestilling.



Skann QR-koden hvis du vil ha mer informasjon om Loyalty Rewards-programmet**

** For å få tilgang til ønsket språkversjon må du endre språket på nettstedet. Du finner språkvelgeren nederst til høyre på nettsiden.

VIKTIGE TIPS

Effektivitet

-  Bruk brukerhåndboken din for å finne løsninger på utfordringer etter hvert som de oppstår.
-  Oljer virker forskjellig på mennesker. Prøv andre oljer eller andre bruksmåter hvis du ikke oppnår ønsket resultat.
-  Masser området for å økt virkning og for å fremme rask absorbering.
-  Prøv ulike og/eller flere bruksmåter.

Sikkerhet

-  Unngå kontakt med øyne, innsiden av nesen og ører.
-  Ved følsom hud tynn ut med fraksjonert kokosolje slik at absorberingen varer lenger. Ved følsomhet følg dōTERRA sine forholdsregler. dōTERRA Touch serien er allerede tynnet ut og er lette å bruke.
-  Unngå eksponering av sol dersom du har brukt sitrusoljer utvortes, slik som Lemon, Wild Orange, Bergamot, Lime, Grapefruit.
-  Les etiketten og følg anbefalinger.

Beste forholdsregler

-  For å beholde kvaliteten, unngå ekstreme temperaturer og direkte sollys der du oppbevarer oljene dine.
-  Bruk glassflasker for oppbevaring av oljer, da noen oljer bryter ned plast over tid.
-  dōTERRA™ sine oljer er virkningsfulle. De beste resultatene får du ved å bruke liten mengde, og oftere.

Din viktigste støtte _____

Telefon _____

E-post _____

Annen støtte _____

Telefon _____

E-post _____

Kommende lokale eller digitale kurs og arrangementer

Hvis du vil ha en oversikt over kontaktinformasjonen til kundesupport i Europa, kan du gå til dodoterra.eu og velge «Kontakt oss» nederst på siden.

Teamsamtale/nettsted/Facebook-gruppe(r)

HVER ENESTE FLASKE GJØR EN FORSKJELL

Ved å bruke dōTERRA-produkter regelmessig kan du forandre ditt eget liv og livet til dyrkerne og familiene deres verden rundt. Hver eneste dråpe representerer hender som har dyrket jorden til gagn for oss alle.

DEL MED DE DU ER GLAD I



FORANDRE ANDRE MENNESKERS LIV

Arranger et dōTERRA-kurs for venner og familie!

SKAP EN INNTEKT OG GJØR EN FORSKJELL



ENDRE DIN EGEN FREMTID

Lanser dōTERRA-forretningen din ved å dele naturlige løsninger og lære andre til å gjøre det samme.