

ō

ЖИВІТЬ

Спосіб життя dōTERRA



ЗМІНІТЬ СВОЄ САМОПОЧУТТЯ НА КРАЩЕ

Вітаємо! Ваш вибір на користь комплексного самостійного догляду за здоров'ям відкриває нові можливості для повноцінного життя. Цей посібник допоможе вам дізнатися про потужні переваги ефірних олій dōTERRA й створити персоналізований план оздоровлення.



Дотримуйтесь здорового способу життя

Таблиця "Здоровий спосіб життя dōTERRA" демонструє, що добре самопочуття — це поєднання способу життя й догляду за здоров'ям. Коли основна увага приділяється способу життя, здоров'я покращується природним чином. Ваші щоденні звички мають вирішальне значення. Дотримуючись принципів Велнес Таблиці та використовуючи потужні продукти dōTERRA, ви відчуєте новий рівень власної цілісності.

Уявіть собі життя, у якому знаходити рішення дуже просто. Маючи під рукою посібник і набір ефірних олій dōTERRA із сертифікатом CPTG Certified Pure Tested Grade™, ви готові приділити увагу 80 % своїх основних пріоритетів щодо здоров'я. Якщо вам потрібна допомога фахівця, зверніться до лікаря, який допоможе вам підібрати найкращі наукові та природні рішення.



Основи оздоровлення

"ВіЕмДжі Плас" — для отримання необхідних поживних речовин, енергії та загального оздоровлення.

"ЕО Мега Плас" — джерело незамінних жирних кислот.

dōTERRA "Пі-Бі Рістор" — для здоров'я кишківника й підтримки травлення.

Харчування й травлення

Дайте своєму тілу все необхідне для процвітання. Усе починається з повноцінного харчування. Натуральні харчові добавки dōTERRA — ідеальне доповнення до ефірних олій.



ЩОДЕННІ КОРИСНІ ЗВИЧКИ

- Їжте натуральні, свіжі продукти.
- Зменште споживання цукру, кофеїну, молочних і перероблених продуктів.



ДОДАЙТЕ У ВОДУ

Додавайте ці ефірні олії в газовану або негазовану воду, щоб придати їй апетитний аромат:

- Лимон
- Лайм
- Грейпфрут і касія
- Лайм і грейпфрут

Додайте 1 краплю олії м'яти перцевої, імбиру або "Он Гард" у гарячу воду, щоб приготувати заспокійливий чай.



"ВіЕмДжі Плас"

Вітаміни, мінерали, зелені овочі й ефірні олії — комплексне рішення для чудового самопочуття.

Приймайте 1 саше на день, розчинивши у воді.



М'які капсули й саше "EO Mega Плас"
Преміальний комплекс омега-жирних кислот у поєднанні з ефірними оліями dōTERRA.

Приймайте 3 м'які капсули або 1 саше на день.



"Пі-Бі Рістор" і "Пі-Бі Ассіст Плас"

Проактивні переваги для вашого мікробіому, що підтримують здоров'я кишківника.

Приймайте 1 капсулу на день.

Приймайте 1 саше на день.



"ТерраЗайм"

Комбінація ферментів, що допомагає організму отримувати необхідні поживні речовини від здорового харчування.

Приймати по 1–3 капсули разом із їжею.



М'які капсули "КП Плас"

Містять бета-каріофілен, відомий своєю заспокійливою дією на травну систему.

Приймати по 1 м'якій капсулі на день.

ЗЕЛЕНИЙ СМУЗИ

½ замороженого банана
200 г замороженої лохини або полуниці
2 жмені молодого листа шпинату або кучерявої капусти
375–400 мл несолодкого мигдального молока
1 мірна ложка сухого коктейлю, що замінює прийом їжі на ваш вибір та
1 саше "ВіЕмДжі Плас"

Поєднайте інгредієнти й перемішайте в блендері до однорідної консистенції.

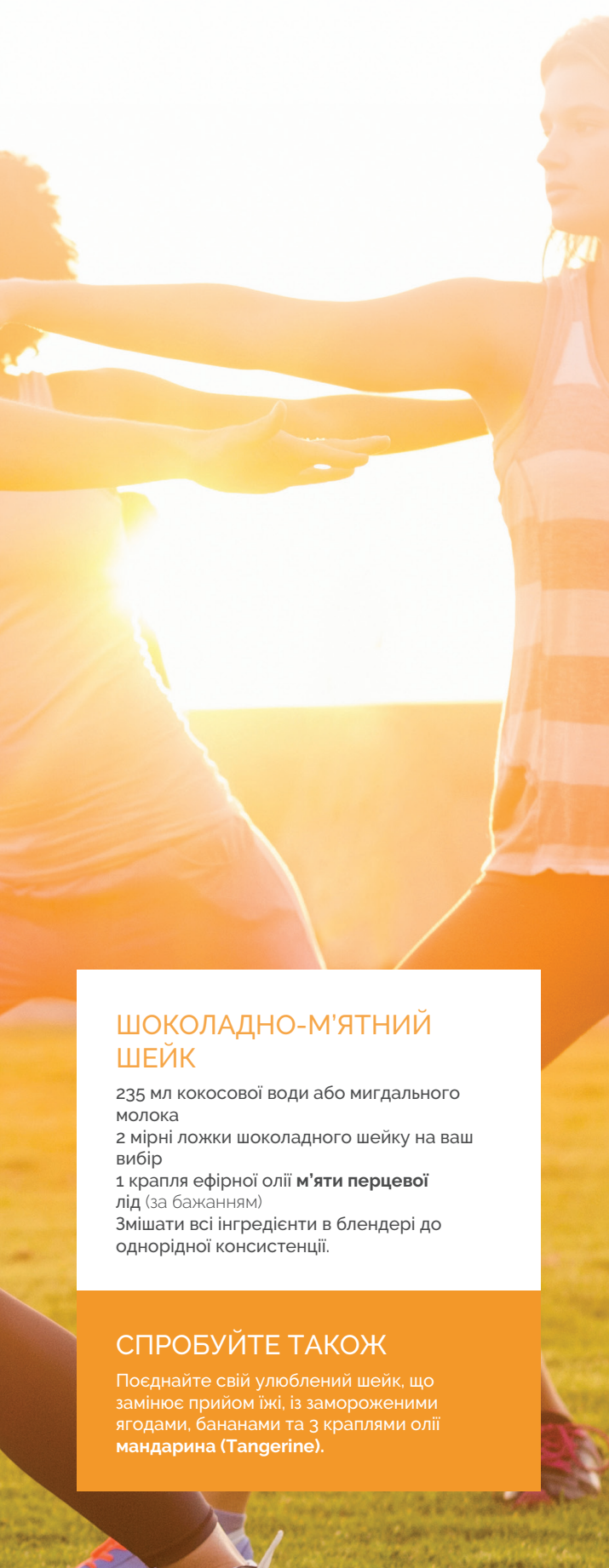
Рух

Ваше тіло створене для руху. Окрім іншого, вправи зміцнюють м'язи й підтримують здоров'я серця, кровоносної та лімфатичної системи. Ефірні олії та добавки сприяють підвищенню концентрації уваги й поліпшенню самопочуття, допомагаючи вам залишатися активними й сильними.



ЩОДЕННІ КОРИСНІ ЗВИЧКИ

- Щонайменше 30 хвилин руху на день.
- Робіть розтяжку або займайтеся йогою для підвищення гнучкості.



ШОКОЛАДНО-М'ЯТНИЙ ШЕЙК

235 мл кокосової води або мигдального молока
2 мірні ложки шоколадного шейку на ваш вибір
1 крапля ефірної олії м'яти перцевої лід (за бажанням)
Змішати всі інгредієнти в блендері до однорідної консистенції.

СПРОБУЙТЕ ТАКОЖ

Поєднайте свій улюблений шейк, що замінює прийом їжі, із замороженими ягодами, бананами та з краплями олії мандарина (Tangerine).



Бальзам "Діп Блю"

У бальзамі "Діп Блю" поєднані ефірні олії, що вгамовують і охолоджують суглоби та м'язи.

Наносьте до й після тренувань або вправ, щоб забезпечити легкість рухів і відновлення.



Стік-олівець "Діп Блю" + Копайба

Цей простий у використанні стік-олівець забезпечує тимчасове місцеве полегшення на проблемних ділянках і містить зволожувальні емолієнти, які залишають шкіру м'якою та нежирною.

Наносьте за потреби на будь-яку проблемну ділянку.



"Діп Блю Поліфенол Комплекс"

Містить екстракти імбиру, куркуміну, ресвератролу та інші поліфеноли.

Приймати 2 капсули на день разом із їжею: одну капсулу вранці та одну ввечері.



"МетаПауер Міто-Ту-Макс"

Ця добавка розроблена для підвищення рівня енергії завдяки підтриманню її природного виробництва у вашому організмі.

Приймайте 2 капсули на день разом із їжею. Застосовуйте як довгострокову заміну напоям із кофеїном.



Двокамерні капсули з куркумою

Містить екстракт куркуми (кореневища), зокрема куркумініди, які допомагають підтримувати здоров'я суглобів і кісток.

Приймати 1 капсулу разом зі сніданком і одну з вечерею для підтримання здорового способу життя.



"МетаПауер Речарж"

Суміш електролітів, рослинних екстрактів, магнію та інших мінералів для тривалого зволоження.

Змішати із 470 мл холодної води.

Метаболізм

Метаболічне здоров'я й біологічний вік тісно пов'язані. Коли ви старієте, старіє і ваш обмін речовин. Метаболізм впливає на рівень енергії, вагу, склад тканин тіла, якість сну та пізнавальні здібності. Що сильніший і здоровіший у вас обмін речовин, то краще ви почуваетесь зсередини. Комплексна 3-етапна система "МетаПауер" допоможе вам покращити метаболічне здоров'я і жити на повну силу.

ЩОДЕННИЙ РИТУАЛ

Для оптимальних результатів поєднуйте засоби "МетаПауер" зі збалансованим раціоном із натуральних продуктів.

СНІДАНОК

- 1 саше "ВіЕмДжі Плас"
- 1 саше "МетаПауер Адвантедж" у пляшці-шейкері
- 1 м'яка капсула "МетаПауер" або 2–4 краплі суміші у воду

ОБІД

- 1–2 капсули "ТерраЗайм" разом із поживною натуральною стравою
- 1 м'яка капсула "МетаПауер" або 2–4 краплі суміші у воду

ВЕЧЕРЯ

- 1 капсула "МетаПауер Ассіст" за 15–30 хвилин до найбільшого прийому натуральної їжі
- 1–2 капсули "ТерраЗайм"
- 1 м'яка капсула "МетаПауер" або 2–4 краплі суміші у воду

ПЕРЕД СНОМ

- 1 м'яка капсула "МетаПауер" (за бажанням)

ЩОДЕННІ КОРИСНІ ЗВИЧКИ

- Харчуйтеся натуральними продуктами, частіше рухайтесь, приділяйте особливу увагу якісному сну.
- Використовуйте корисні добавки для підтримки метаболічного здоров'я.



dōTERRA™ MetaPWR™



КРОК 1. Суміш ефірних олій "МетаПауер"

Суміш ефірних олій "МетаПауер" — 15 мл, гранули й м'які капсули

Суміш ефірних олій "МетаПауер" містить запатентовану збалансовану комбінацію олій CPTG™ грейпфрута, лимона, м'яти перцевої, імбиру й кориці. Поєднання цитрусових, м'ятних і пряних олій робить "МетаПауер" потужним засобом, що допомагає задовольнити потяг до солодощів!



Суміш олій:

Додавайте краплю у воду один або декілька разів на день.



Гранули:

Уживайте до 4 гранул на день.



М'які капсули:

Приймайте 1-3 м'які капсули протягом дня.

КРОК 2. "МетаПауер Ассіст"

"МетаПауер Ассіст"



"МетаПауер Ассіст" містить кілька натуральних сполук, які, згідно з дослідженнями, підтримують здоровий метаболізм. Екстракт листя шовковиці може підтримувати баланс вуглеводного обміну в організмі.*

Приймайте 1 капсулу на день за 15-30 хвилин до найбільшого прийому їжі.

КРОК 3. "МетаПауер Адвантедж"

"МетаПауер Адвантедж"



"МетаПауер Адвантедж" містить дев'ять типів колагенових трипептидів морського походження та NMN (нікотинамід мононуклеотид), який може сприяти виробленню NADH і NAD+.

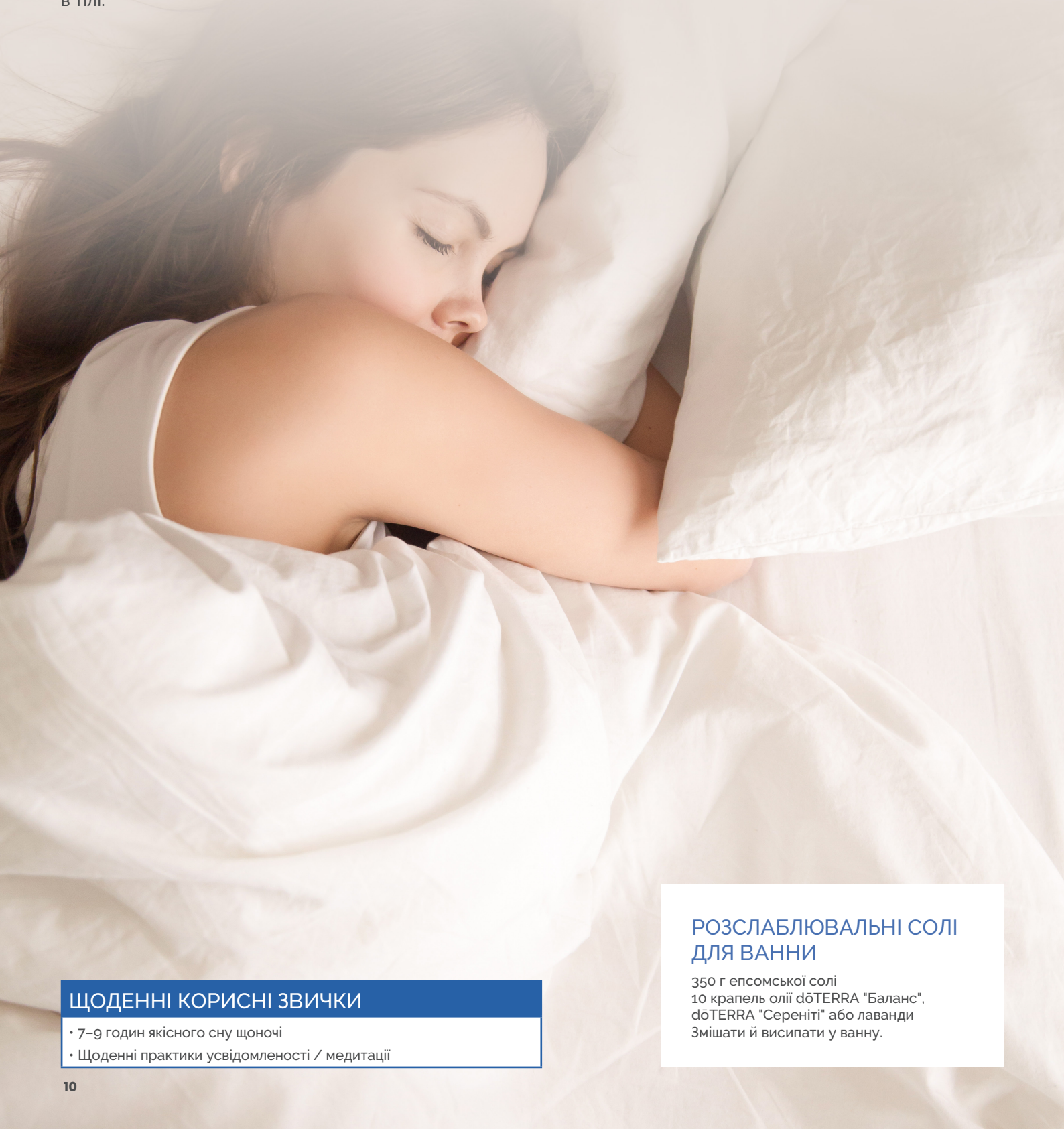
Приймайте 1 саше на день із холодним напоєм на ваш вибір. Ретельно розмішуйте.

Перелік інгредієнтів, застереження та інструкції із застосування див. на етикетках відповідних товарів.

* Ці твердження про користь для здоров'я ще очікують на рішення ЄС та Європейського агентства з безпеки харчових продуктів (EFSA).

Відпочинок і боротьба зі стресом

Магія якісного сну — це те, що нам усім потрібно, але чим ми часто нехтуємо. Достатня кількість сну може покращувати настрій і надавати тілу змогу самостійно відновлюватися. Ефірні олії допомагають створити відчуття спокою та розслаблення в тілі.



ЩОДЕННІ КОРИСНІ ЗВИЧКИ

- 7–9 годин якісного сну щоночі
- Щоденні практики усвідомленості / медитації

РОЗСЛАБЛЮВАЛЬНІ СОЛІ ДЛЯ ВАННИ

350 г епсомської солі
10 крапель олії dōTERRA "Баланс",
dōTERRA "Сереніті" або лаванди
Змішати й висипати у ванну.

Емоційний баланс



Розпізнайте свої емоції, а ефірні олії dōTERRA™ допоможуть вам підтримати емоційний баланс.



dōTERRA "Мотивейт"
Підбадьорлива суміш

Зміцнює віру в себе. Посилить сміливість, упевненість і дайте волю творчості, щоб досягти найвищих результатів.



dōTERRA "Чіп"
Суміш для підняття настрою

Створить яскравий настрій, життєрадісність і підніміть рівень щастя та позитиву.



dōTERRA "Піс"
Суміш для впевненості

Придайте собі впевненості та спокою, поверніться до миру й усвідомте теперішній момент.



dōTERRA "Консол"
Суміш для розради

Відчуйте надію, заспокоєння та емоційну рівновагу.



dōTERRA "Пешн"
Суміш для натхнення

Поверніть інтерес і відновіть бажання ризикувати та робити нові відкриття.



dōTERRA "Форгів"
Суміш для відновлення

Рухайтеся далі з відчуттям полегшення й оновлення.

Відчуйте розслаблення й концентрацію

Розслабтеся...

dōTERRA "Сереніті" й лаванда

Нанесіть кілька крапель олії лаванди або dōTERRA "Сереніті" на підшви стоп перед сном.



Стік dōTERRA "Сереніті" + валеріана та м'які капсули dōTERRA "Сереніті"

Приймайте 1-2 м'які капсули перед сном. Намашуйте стіком підшви стоп перед сном, щоб зняти напругу.



dōTERRA "Калмер"

Наносьте на шкіру для спокійного та мирного настрою. Підходить дорослим і дітям.



Сконцентруйтеся...

dōTERRA "Адаптів"

Заспокойте почуття за допомогою асортименту олій dōTERRA "Адаптів". Приймайте 1 капсулу на день або використовуйте суміш олій для заспокійливого масажу.



dōTERRA "Шінрін-Йоку"

Наносьте на шкіру для кращого самопочуття.



dōTERRA "Баланс"

Наносьте на підшви стоп, щоб відчувати рівновагу впродовж дня.



Зниження токсичності

У природі діють цикли звільнення та оновлення. Наше тіло також переживає періоди регенерації. Ефірні олії CPTG™ від dōTERRA підтримують природні процеси оновлення організму, сприяючи його оздоровленню.

ПОРАДА

Щоденно додавайте у воду цитрусові олії замість штучних підсолоджувачів і ароматизаторів.

НАВІЩО ПОТРІБНЕ ЗВОЛОЖЕННЯ?

- Покращує настрій
- Підтримує природні функції організму
- Загалом покращує здоров'я



Лимон

Додавайте 1 краплю до склянки води один раз на день.

ЩОДЕННІ КОРИСНІ ЗВИЧКИ

- 8–10 і більше склянок води на день
- Відмова від комерційних засобів для прибирання й догляду за собою



Відкрийте для себе харчові добавки dōTERRA для чудового самопочуття.



Набір "Простий шлях оздоровлення"

Цей набір, що складається з "ВіЕмДжі Плас", м'яких капсул "ЕО Мега Плас" і dōTERRA "Пі-Бі Рістор", створено для тих, хто хоче спростити свій щоденний розпорядок дня без зайвих клопотів.



Набір "Простий шлях оздоровлення" (без таблеток)

Завдяки "ВіЕмДжі Плас", "ЕО Мега Плас" (саше) і "Пі-Бі Ассіст Плас" цей набір позбавляє потреби в традиційних пігулках, забезпечуючи ефективність і простоту використання з кожним саше.



Набір "Простий шлях оздоровлення" (веганський)

Цей веганський набір, що містить "ВіЕмДжі Плас", "ЕО Мега" та dōTERRA "Пі-Бі Рістор", розроблено, щоб збалансовано поєднати харчування та підтримку травлення.

Виберіть набір і поєднайте його з харчовою добавкою для підтримки індивідуальних потреб.



"ТерраЗайм"

Ферменти | Травлення | Здоров'я шлунка



"Джи-Екс Ассіст"

Ефірні олії | Каприлова кислота | Заспокоєння шлунка



М'які капсули "Ді-Ді-Ар Прайм"

Очищення | Оновлення | Стійкість

Дотримуйтеся інструкцій до кожного продукту.

Підтримка вдома

Чистота в домі не повинна коштувати вам здоров'я. Замініть комерційні продукти на безпечні, рослинні, нетоксичні та натуральні засоби для чищення, що містять чисті ефірні олії CPTG™.

ЩОДЕННІ КОРИСНІ ЗВИЧКИ

- Відмовтеся від комерційних засобів для чищення
- Використовуйте рослинні нетоксичні очищувачі та мийні засоби



Очищувальний концентрат "Он Гард"

Багатофункціональний очищувальний концентрат "Он Гард" ідеально годиться для чищення твердих поверхонь на кухні, у ванній кімнаті або в будь-якій іншій кімнаті у вашому домі, залишаючи по собі чистий аромат, що бадьорить і надає сил.



Пральний порошок "Он Гард"

Пральний порошок "Он Гард" — це суперконцентрований пральний порошок, що містить ушестеро більше активних речовин і використовує силу бленду "Он Гард" і ферментів біологічного походження для видалення плям і забезпечення неймовірної чистоти одягу.



Піна для миття рук "Он Гард"

Підсилена енергією ефірних олій, виготовлених у відповідності до процедури CPTG (Certified Pure Tested Grade), піна для миття рук "Он Гард" пропонує переваги однієї з найпопулярніших фірмових сумішей ефірних олій dōTERRA.



Бурштиновий диспенсер для спінування мила для рук

Диспенсер для спінування — найзручніший спосіб дозування піни для миття рук "Он Гард". Завдяки елегантному дизайну він стане гарним і вишуканим елементом інтер'єру ванної кімнати вдома або в офісі.

Натуральний догляд за собою

Не обов'язково миритися із сумнівними інгредієнтами в засобах для догляду за собою. Вибирайте безпечні та натуральні продукти, які забезпечують чистіший спосіб життя. Замініть комерційні засоби догляду за собою на натуральні продукти dōTERRA на базі ефірних олій.



ЩОДЕННІ КОРИСНІ ЗВИЧКИ

- Відмовтеся від комерційних засобів для чищення
- Використовуйте для догляду за собою безпечні натуральні продукти



Серія обов'язкового догляду за шкірою

Усуньте видимі ознаки старіння та запобігайте появі нових за допомогою засобів серії обов'язкового догляду за шкірою dōTERRA.



Колекція Деревій | Гранат

Продукти Деревій | Гранат справді ефективні й забезпечують потужний рослинний підхід до загального оздоровлення. Ця серія продуктів, розроблена за науковими принципами, є надзвичайно інноваційною: це новий підхід до краси.



Догляд за волоссям dōTERRA

Ця серія продуктів, збагачена ретельно дібраними ефірними оліями, має рослинний склад і не містить агресивних хімічних речовин.



Здоров'я ротової порожнини

Використовуйте відбілювальну зубну пасту "Он Гард", зубну пасту dōTERRA "СуперМінт" й ополіскувач для рота "Он Гард" уранці й увечері, і вони допоможуть природним чином освітлити вашу усмішку.



dōTERRA "сан"

Кожен продукт забезпечує захист широкого спектру (SPF 30) і не містить синтетичних ароматизаторів, оксибензону та фталатів.

Сезонний продукт.

Усвідомлена турбота про себе

Привчіть себе використовувати натуральні продукти dōTERRA як першу лінію захисту. Надійний довідник з ефірних олій допоможе вам зрозуміти та застосовувати численні можливості, які ви маєте під рукою.

ЩОДЕННІ КОРИСНІ ЗВИЧКИ

- Віддавайте перевагу натуральним продуктам як першій лінії захисту
- Про можливості ефірних олій можна дізнатися в довіднику



БРЕЛОК ДЛЯ 8 УЛЮБЛЕНИХ ПРОДУКТІВ

Візьміть із собою 8 олій, які ви використовуєте найчастіше, і будьте готові до будь-чого!



ПОПУЛЯРНІ ОЛІЇ ДЛЯ БРЕЛОКА

Лаванда	doTERRA "Ейр"
Чайне дерево	"Он Гард"
М'ята перцева	"Діп Блю"
Ладан	«ДзенДжест»



Стік "ладан + дерево найо"

Наносьте на незначні подразнення, щоб заспокоїти й освіжити втомлену шкіру, підтримуючи її природний бар'єр.



Очищувальний спрей для рук "Он Гард", м'які капсули "Он Гард" і льодяники "Он Гард"

Бездоганний захист і підтримка — насолоджуйтеся нашим запатентованим комплексом у різних форматах.



doTERRA "Ейр"

Наносьте на шкіру або додавайте краплю для дієвої допомоги.



"Корект-Екс"

Використовуйте мазь, щоб заспокоїти шкіру.



Лаванда

Наносьте на шкіру, щоб зняти поодинокі подразнення.



М'ята перцева

Нанесіть, щоб отримати відчуття прохолоди. За потреби можна розбавити.



Чайне дерево

Для поодиноких подразнень шкіри. Нанесіть 1-2 краплі на уражену ділянку.



"КлеріКалм"

Створює охолоджувальний ефект на шкірі й допомагає заспокоїти та зрівноважити загострені емоції.

Перелік інгредієнтів, застереження та інструкції із застосування див. на етикетках відповідних товарів.

Підберіть свій персональний план оздоровлення

1 ХАРЧУВАННЯ Й ТРАВЛЕННЯ



"ВіЕмДжі Плас"



М'які капсули "ЕО Мера Плас"



dōTERRA "Пі-Бі Ассіст Плас"

"ТерраЗайм"

dōTERRA "Пі-Бі Рістор"



"ДзенДжест"

М'які капсули "ДзенДжест"



Таблетки для нормалізації травлення "ДзенДжест ДайджестТаб"

"ДзенДжест" у ролері



Жувальні вітаміни dōTERRA "Від А до Я"



"Ай-К'ю Мера"

2 РУХ І МЕТАБОЛІЗМ



Продукти "Діп Блю"



Продукти на основі копайби

Продукти на основі куркуми



Продукти "МетаПауер"



Набір-система "МетаПауер"

3 ВІДПОЧИНОК І БОРОТЬБА ЗІ СТРЕСОМ



Продукти dōTERRA "Сереніті"

Дифузор "Лалуз"



Лаванда

Продукти dōTERRA "Шірін-Йоку"



dōTERRA "Баланс"

Продукти dōTERRA "Адаптив"



Дитяча колекція



Система "Есенціел Ароматікс" dōTERRA

Переконайтеся, що ви живете повноцінним життям, приділяючи увагу кожному рівню. Поверніться до своїх оцінок за кожною зі сфер на сторінці 3. Виберіть потрібну вам підтримку з кожного з наведених нижче рівнів таблиці "Здоровий спосіб життя dōTERRA".



4 ЗНИЖЕННЯ ТОКСИЧНОСТІ



Лимон



Догляд за ротовою порожниною



Догляд за шкірою

Догляд за волоссям



Продукти "Он Гард"

5 УСВІДОМЛЕНА ТУРБОТА ПРО СЕБЕ



Продукти на основі ладану



Продукти dōTERRA "Ейр"



М'які капсули "Трайіз"



"ПастТенс"



"КлеріКалм"



Продукти "Он Гард"








Консультація з питань оздоровлення

1 Запишіть свої пріоритети щодо оздоровлення та знайдіть рішення.

Пріоритети щодо оздоровлення	Натуральні засоби, які у вас є	Натуральні засоби, які вам потрібні
1.		
2.		
3.		

2 Складіть план оздоровлення на кожен день.

Почніть з основних щоденних звичок, наведених нижче. Потім додайте рішення, які ви визначили вище, і включіть їх у свій щоденний план.

	РАНОК	ДЕНЬ	ВЕЧІР
ДОБАВКИ	<input type="checkbox"/> 1 саше "ВіємДжі Плас"  <input type="checkbox"/> 3 м'які капсули "ЕО Мега Плас"  <input type="checkbox"/> 1-2 капсули "ТерраЗайм"  <input type="checkbox"/> 1 порція dōTERRA "Пі-Бі Рістор" 	<input type="checkbox"/> 1-2 капсули "ТерраЗайм" 	<input type="checkbox"/> 1 порція "МетаПауер Ассіст" перед вечерею  <input type="checkbox"/> 1-2 капсули "ТерраЗайм" під час вечері  <input type="checkbox"/> 1 м'яка капсула dōTERRA "Сереніті" перед сном
ЕФІРНІ ОЛІЇ	<input type="checkbox"/> 1-3 краплі олії лимона у воду <input type="checkbox"/> 2 краплі олії ладану на підшви стоп <input type="checkbox"/> 2 краплі олії dōTERRA "Баланс" на підшви стоп	<input type="checkbox"/> 1-3 краплі олії лимона у воду <input type="checkbox"/> 4-5 крапель олії "Он Гард" <input type="checkbox"/> Нанесіть бальзам "Діп Блю" після тренування	<input type="checkbox"/> 2 краплі олії ладану на підшви стоп <input type="checkbox"/> 2 краплі dōTERRA "Баланс" на підшви стоп <input type="checkbox"/> Нанесіть бальзам "Діп Блю" за потреби <input type="checkbox"/> 3-5 крапель олії лаванди перед сном

 з'їжею

3 Які ще варіанти для оздоровлення можуть допомогти вам досягти своїх цілей?

(Наприклад, збільшити споживання води, покращити сон, тренування, змінити раціон тощо.)

4 Живіть повноцінно завдяки рішенням для оздоровлення.

Складіть план оздоровлення на 90 днів, додавши продукти, які потрібно включити до замовлень LRP (рекомендовано робити це з 3 по 15 число місяця).

LRP МІСЯЦЬ 1	Дата: <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>	LRP МІСЯЦЬ 2	Дата: <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>	LRP МІСЯЦЬ 3	Дата: <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>		<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>		<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	
УСЬОГО PV _____		УСЬОГО PV _____		УСЬОГО PV _____	

Нагороди за Програмою заохочення лояльності

Найвигідніший спосіб купувати

Ви завжди можете розмістити стандартне оптове замовлення зі знижкою 25 % від роздрібною ціни, але щоб отримати найкращу ціну, створіть замовлення LRP (Програма заохочення лояльності) і отримайте ще більшу економію та можливість отримати безкоштовний продукт.



Придбайте 1 набір dōTERRA "Лайфлонг Вайтеліті Пек" і виберіть до 3 наступних продуктів зі знижкою.



"Мікроплекс
Ві-Ем-Зед"



"Міто-Ту-
Макс"



"Діп Блю
Поліфенол
Комплекс"



"ТерраЗайм"

Оформлюючи замовлення LRP, перевірте актуальні варіанти добавок.

ОТРИМАЙТЕ БЕЗКОШТОВНІ БАЛИ НА ПРОДУКТИ НА ДОДАТОК ДО ВАШОЇ ЗНИЖКИ 25 %

ПЕРЕВАГИ LRP: ВІДСОТКИ ПОВЕРТАЮТЬСЯ У ВИГЛЯДІ БАЛІВ, ЗА ЯКІ МОЖНА БЕЗКОШТОВНО ОТРИМАТИ ПРОДУКТИ



Як отримати 30 % БЕЗКОШТОВНИХ балів за програмою заохочення лояльності?

- Ваш відсоток LRP поступово збільшується з першого місяця оформлення замовлення після реєстрації. Він зростає на 5 % кожні три місяці, якщо ваші замовлення за програмою заохочення лояльності складають щонайменше 50 PV*, доки ви досягнете максимального відсотка в розмірі 30 %.

Як максимізувати вигоду від акцій dōTERRA?

- Розміщуйте замовлення за програмою заохочення лояльності на суму щонайменше 125 PV (особистий обсяг) з 1 до 15 числа місяця. Це дасть вам змогу безкоштовно отримати Продукт місяця й скористатися будь-якими акціями. Звертайте увагу на співвідношення PV і ціни, оскільки багато акцій пов'язані з PV й починаються 1 числа місяця.

ОСОБИСТИЙ ОБСЯГ (PV) МАЄ ПЕРЕВИЩУВАТИ	1	50	100	125
Зберегти раніше зароблені бали LRP	●	●	●	●
Заробити бали LRP на продукти (для використання на безкоштовні продукти) і збільшити відсоток із 10 до 30 %		●	●	●
Отримати право на комісії			●	●
Отримати безкоштовний Продукт місяця (замовлення, розміщені з 1 до 15 числа)				●

*PV (особистий обсяг): Це числове значення, присвоєне кожному продукту. Воно використовується як критерій для визначення комісії, рангу й підвищення. Продукти, придбані за бали, не мають PV.

Як використати бали за програмою заохочення лояльності?

- Виберіть у кошику "Використати бали за програмою заохочення лояльності!" для продуктів, які ви хочете придбати за ці бали. Нові бали нараховуються приблизно 15 числа наступного місяця після розміщення замовлення.

Як створити або змінити замовлення?

- Щоб створити замовлення за програмою заохочення лояльності, наведіть курсор на розкривне меню облікового запису й натисніть на "Моє замовлення за програмою заохочення лояльності".
- Щоб змінити замовлення за програмою заохочення лояльності, відредагуйте його на головній сторінці або наведіть курсор на "Мій обліковий запис" і виберіть "Моє замовлення за програмою заохочення лояльності". Якщо у вас кілька замовлень за програмою заохочення лояльності, виберіть те, яке ви хочете змінити, натиснувши "Керувати замовленням". Оформлюйте скільки завгодно замовлень. Не забувайте скасовувати замовлення, які ви не хочете отримувати наступного місяця.

Як скасувати замовлення за програмою заохочення лояльності?

- Якщо у вас кілька замовлень за програмою заохочення лояльності, ви можете скасувати їх у будь-який момент у своєму обліковому записі.
- Якщо у вас лише одне замовлення, ви можете в будь-який момент скасувати його телефоном або за електронною поштою europeanorders@doterra.com. Відділ з обслуговування учасників dōTERRA може допомогти вам використати вільні бали за програмою заохочення лояльності, накопичені до скасування, щоб ви їх не втратили. Якщо ви скасуєте замовлення за програмою заохочення лояльності, ви повернетеся до початкового відсотка LRP розміром 10 %, коли продовжите регулярні покупки за програмою заохочення лояльності.



Відскануйте QR-код*, щоб отримати додаткову інформацію про програму заохочення лояльності

* Щоб отримати доступ до версії потрібною мовою, необхідно змінити мову вебсайту. Вибір мови розташовано в правому нижньому куті сторінки.

Важливі поради

Ефективність

- Для пошуку рішень у разі виникнення проблем користуйтеся довідником.
- Різним людям підходять різні олії. Якщо ви не отримуєте бажаних результатів, спробуйте інші олії або інші способи застосування.
- Масаж допомагає посилити ефект і прискорити поглинання.
- Спробуйте інший спосіб застосування або декілька одразу.

Безпека

- Уникайте потрапляння в очі, ніс і вуха.
- Якщо у вас чутлива шкіра, розбавте фракціонованою кокосовою олією. Це забезпечить тривале поглинання. Ознайомтеся з інструкціями щодо чутливості доTERRA. Для вашої зручності серія продуктів доTERRA в ролерах включає попередньо розбавлені олії.
- Уникайте перебування на сонці протягом кількох годин після зовнішнього застосування олій лимона, дикого апельсина, бергамота, лайма, грейпфрута та інших цитрусових.
- Читайте інструкції на етикетках і дотримуйтеся їх.

Практичні поради

- Зберігайте олії в належних умовах, уникаючи впливу екстремальних температур або прямих сонячних променів.
- Використовуйте для зберігання олій скляні ємності, оскільки пластик під дією олій із часом може розкладатися.
- Ефірні олії доTERRA дуже сильні. Для оптимального результату краще використовувати меншу кількість, але частіше.

Ваша ключова підтримка _____

Телефон _____

Електронна пошта _____

Інша підтримка _____

Телефон _____

Електронна пошта _____

Майбутні місцеві або онлайн-заняття та заходи _____

Повний список контактної інформації відділу з обслуговування учасників у Європі див. на сайті [visit doterra.eu](http://visit.doterra.eu) в розділі "Зв'язок із нами" внизу головної сторінки.

Дзвінки команди / вебсайт / група (-и) у Facebook

Кожен флакон має значення

Регулярне використання продуктів doTERRA може змінити ваше життя, а також життя фермерів і родин у всьому світі. Кожна крапля олії символізує руки, які плекали землю на благо всіх нас.

Діліться зі своїми близькими



Змінити життя інших людей

Проведіть заняття doTERRA зі своїми друзями й рідними!

Створіть джерело доходу та впливайте на світ



Змініть своє майбутнє

Розпочніть свій бізнес doTERRA: діліться з іншими, покажіть їм переваги натуральних продуктів і навчайте робити те саме.

doTERRA™

Зверніть увагу, що продукти й інформація, наведені в цій брошурі, можуть бути змінені й відрізнятись від представлених. Найактуальнішу інформацію можна знайти на сайті shop.doterra.com.

За винятком окремо зазначених випадків, усі слова із символами торгових марок або зареєстрованих торгових марок є торговими марками або зареєстрованими торговими марками doTERRA Holdings, LLC.

doTERRA UK Office, Altius House, 1 North Fourth Street, Milton Keynes, MK9 1DG, United Kingdom (Великобританія) | doterra.eu

doTERRA Global Limited, 32 Molesworth Street, Dublin 2, Ireland (Ірландія)

© 2026 doTERRA Holdings, LLC, 389 S 1300 W St. Pleasant Grove, UT 84062 USA (США)