

dōTERRA™

Trăiește

Prezentarea stilului de viață

ō

Felicitări

Alegerea de a avea o abordare holistică și auto-direcționată în ce privește sănătatea ta, îți va deschide noi posibilități de a trăi împluternicit în viața ta de zi cu zi. dōTERRA - în limba latină „darul pământului” - îți oferă soluțiile naturii, ca tu să poți avea grijă de întreaga ta ființă și să îți îmbunătățești starea de sănătate fizică, mintală și emoțională. Pe măsură ce experimentezi pe pielea ta beneficiile puternice ale uleiurilor esențiale, vei înțelege de ce dōTERRA revoluționează modul în care familiile își sprijină sănătatea.

Ești gata să descoperi cum să te îngrijești personal de sănătatea ta?

Imaginează-ți o viață în care găsirea de soluții este simplă. Cu un ghid de referință și o cutie de uleiuri esențiale CPTG™ de la dōTERRA la îndemână, ești pregătit să îți rezolvi 80% din prioritățile de sănătate. Pentru situațiile în care ai nevoie de asistența unui specialist, colaborează cu un cadru medical care te va ajuta să găsești cele mai bune soluții naturale și bazate pe știință.



Trăiește un stil de viață sănătos (Wellness)

Piramida stilului de viață sănătos dōTERRA ilustrează faptul că starea de bine este o combinație între stilul nostru de viață și grija pentru sănătate. Când faci din stilul de viață o prioritate, atingi și menții un nivel de sănătate în mod natural. Obiceiurile tale zilnice fac diferența. Pe măsură ce pui în practică principiile Piramidei pentru o stare de bine și folosești produsele eficiente dōTERRA, vei experimenta un nou nivel de plenitudine.

Stabilește-ți obiceiuri zilnice sănătoase

Evaluează-te în fiecare domeniu (1-10)



Protejează și Restaurează

Utilizează dōTERRA On Guard™ și Tămăie ca parte a rutinei zilnice.

Curăță & Împrospătează

Adaugă o picătură de Lămâie sau Tangerină în apă pentru o băutură răcoritoare.

Calmează & Echilibrează

dōTERRA Balance™ te ajută să te relaxezi, să faci față stresului și să îți menții echilibrul sufletec.

Calmează durerea

Utilizează Unguentul Deep Blue™ înainte și după antrenament. Aplică local pe zona dorită.

Alimentează, Asistă și Fortifică

Optimizează aportul zilnic de substanțe nutritive cu dōTERRA Lifelong Vitality Pack™, un trio de suplimente cu multiple beneficii, pentru a-ți alimenta și susține organismul.

Sprijină digestia cu ZenGest TerraZyme™.

Oferă culturi probiotice active corpului tău cu PB Assist+™.



Mănâncă sănătos

Oferă-i corpului ceea ce are nevoie și atunci va prospera. Acest lucru începe de la o nutriție excelentă. Suplimentele dōTERRA sunt un însoțitor ideal pentru uleiurile tale.



dōTERRA LIFELONG VITALITY PACK™

Alimente integrale vitale, micronutrienți și acizi grași omega.



ZENGEST TERRAZYME™

Enzime din alimente integrale care facilitează digestia sănătoasă și procesele metabolice.



PB ASSIST+™ ȘI PB ASSIST™ Jr

Oferă corpului tău suportul probiotic activ de care are nevoie.



dōTERRA a2z CHEWABLES™ ȘI IQ MEGA™

Ajută-ți copilul să înceapă ziua cu o nutriție excelentă pe măsură ce crește și se dezvoltă.

OBICEIURI ZILNICE PENTRU UN STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS

Consumă alimente integrale, proaspete

Redu consumul de zahăr, cofeină, produse lactate și alimente procesate

BĂUTURĂ SMOOTHIE VERDE

½ banană congelată
200 g afine sau căpșuni congelate
2 pumni de spanac tânăr sau varză kale
375 până la 400 ml de lapte de migdale neîndulcit
1 lingură pudră de shake înlocuitor de masă la alegerea ta
1 picătură ulei esențial de Portocală Sălbatică
1 picătură ulei esențial de lenupăr

TERCI DE OVĂZ

Adaugă Scorțișoară, dōTERRA On Guard™, sau Portocală Sălbatică la terciul de ovăz.

Combină ingredientele în blender până la omogenizare.

SPĂLAREA FRUCTELOR ȘI LEGUMELOR

Umple chiuveta cu apă rece și 6 picături de ulei esențial de Lămâie. Înmoaie fructele și legumele în apă timp de câteva minute apoi clătește-le pentru o spălare rapidă și aromată.

ADAUGĂ ÎN APĂ

Adaugă aceste uleiuri esențiale în apă plată sau minerală pentru o aromă delicioasă (și zero calorii!):

- Lămâie
- Lămâie verde
- Grapefruit & Cassia
- Lămâie verde și Grapefruit

Adaugă 1 picătură de mentă, ghimbir sau dōTERRA On Guard™ în apă caldă pentru un ceai liniștitor.

Fă exerciții

Exercițiile întăresc musculatura, sprijină sistemul cardio-vascular și limfatic, pe lângă alte beneficii importante. Uleiurile esențiale te ajută să rămâi focalizat, activ și puternic.

PLANUL DE ALIMENTARE

DIMINEAȚA

- Shake-ul înlocuitor de masă
- Bol cu fructe
- la 1 capsulă Mito2Max™ împreună cu mâncarea
- Bea cel puțin 240 ml de apă
- 1 capsulă moale Smart & Sassy™ sau 3-5 picături Smart & Sassy™ în apă

PRÂNZ

- Shake-ul înlocuitor de masă
- Wrap cu legume sau o masă sănătoasă
- la 1 capsulă Mito2Max™ împreună cu mâncarea
- Bea cel puțin 240 ml de apă
- 1 capsulă moale Smart & Sassy™ sau 3-5 picături Smart & Sassy™ în apă

CINĂ

- Proteine (la alegere) și legume
- Bea cel puțin 240 ml de apă
- 1 capsulă moale Smart & Sassy™ sau 3-5 picături Smart & Sassy™ în apă

SFATURI RAPIDE:

FĂ TOTUL PENTRU A-ȚI ATINGE OBIECTIVUL

Stabilește-ți un obiectiv pe termen lung pentru a ști unde vrei să ajungi. Stabilește-ți obiective măsurabile pe termen scurt care te vor conduce spre obiectivul pe termen lung și te vor ajuta să-ți vezi progresul și să-ți menții motivația.

RĂMÂI POZITIV

Continuă să rămâi „pus pe fapte”. În felul acesta, îți vei păstra motivația de a-ți atinge obiectivele.

STABILEȘTE-ȚI UN MENIU COLORAT

Alimentele integrale de diferite culori oferă beneficii variate. Încearcă să incluzi toate culorile curcubeului în alimentație, pentru un aport nutrițional echilibrat.

HIDRATEAZĂ-TE

Bea 2 litri de apă pe zi. Adaugă 3-5 picături Smart & Sassy™ în fiecare pahar de apă pentru un plus de savoare.



OBICEIURI ZILNICE PENTRU UN STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS

Peste 30 de minute de mișcare zilnică

Fă întinderi sau practică yoga pentru a-ți crește flexibilitatea

DE ASEMENEA, ÎNCEARCĂ

Combină shake-ul înlocuitor de masă preferat cu fructe de pădure congelate, banane și 3 picături de Portocală Sălbatică.

TRIM SHAKE DE CIOCOLĂȚĂ ȘI MENTĂ

235 ml apă de cocos sau lapte de migdale
2 linguri de shake de ciocolată la alegere
1 picătură Mentă
Gheață (după caz)

Amestecă toate ingredientele până se omogenizează.



DEEP BLUE™

Masează pe zonele dorite.

Aplică înainte și după exerciții, după cum este necesar sau dorit. Încearcă să aplici uleiul Deep Blue™, apoi adaugă un strat de Unguent Deep Blue™ pentru un plus de beneficii.



DEEP BLUE POLYPHENOL COMPLEX™

Include extract de ghimbir, curcumă, resveratrol și alți polifenoli.

la zilnic 1-3 capsule în timpul mesei sau ia 2 capsule când ai nevoie de suport suplimentar.



dōTERRA AIR™

Conferă o senzație de respirație ușoară.

Masează 1-2 picături pe piept. Diluează dacă este necesar.



MITO2MAX™

Vine în ajutorul vieții tale ocupate printr-o formulă cu extracte standardizate de plante și cofactori pentru metabolism.

la 1 capsulă la micul dejun și la prânz. Folosește-l pe termen lung ca înlocuitor al băuturilor cu cofeină.

Odihnește-te și gestionează stresul

Somnul îmbunătățește starea de spirit și oferă corpului tău ocazia de a se repara și reînnoi. Folosește uleiuri esențiale pentru a profita din plin de somn.

ULEIURILE PREFERATE PENTRU O ODIHNĂ RECONFORTANTĂ

WISE LINIȘTITE

Adaugă câteva picături de Levănțică sau dōTERRA Serenity™ pe tălpi înainte de culcare.



SOMN ADÂNC

la 1-2 capsule moi dōTERRA Serenity™ înainte de culcare.



RELAXEAZĂ-TE ÎNTR-O CLIPĂ

Combină 1-3 picături de Portocală Sălbatică și Vetiver și masează pe picioare și pe coloana vertebrală.



RESPIRAȚIE UȘOARĂ

Fă gargară cu 1-2 picături de dōTERRA On Guard™ și aplică dōTERRA Air™ sau Batonul pentru respirație dōTERRA Air™.



DIFUZORUL PETAL

Difuzor mic, avantajos și potrivit pentru noapte, cu lumină de noapte și cu abur cu putere mare de acoperire.



SĂRURI DE BAIE RELAXANTE

1 cană de sare Epsom
10 picături dōTERRA Balance™,
dōTERRA Serenity™,
sau Levănțică

Amestecă și toarnă
în cadă.

7-9 ore de somn de calitate noaptea

Trăiește în prezent / meditează zilnic

Stabilitate emoțională

Simte-te minunat și păstrează-ți echilibrul emoțional. Identifică-ți emoțiile și găsește uleiurile dōTERRA™ care ajută la echilibrarea emoțională.



dōTERRA **MOTIVATE™**

Amestec pentru încurajare

Mărește încrederea în sine și dă curaj.

Stimulează creativitatea pentru ca eforturile tale să dea rezultate maxime.



dōTERRA **PEACE™**

Amestec pentru liniștire

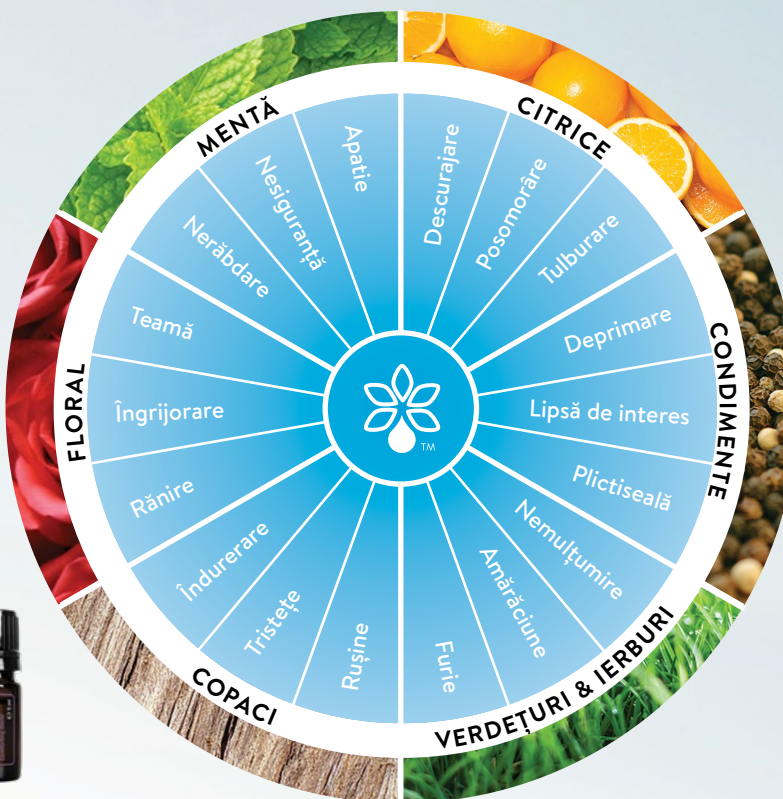
Contribuie la sentimente de liniștire și calm, și te ajută să revii la pace și trăirea în prezent.



dōTERRA **CHEER™**

Amestec pentru bună dispoziție

Conferă o dispoziție bună, o atitudine veselă și stimulează sentimentele de fericire și pozitivitate.



dōTERRA **CONSOLE™**

Amestec pentru alinare

Aduce un plus de alinare, speranță și restabilește echilibrul emoțional.



dōTERRA **PASSION™**

Amestec pentru inspirație

Reaprinde entuziasmul și inspiră dorința de a-ți asuma riscuri și de a explora lucruri noi.



dōTERRA **FORGIVE™**

Amestec pentru reinnoire

Reînnoiește și aduce ușurare în stări de mânie și vină.



Redu expunerea la produse sintetice

Natura trece prin cicluri de eliberare și reînnoire. Corpurile noastre experimentează, de asemenea, sezoane de regenerare. Produsele esențiale CPTG™ dōTERRA™ sprijină procesele naturale de reînnoire ale corpului pentru a promova o stare de bine.

EXPERIMENTEAZĂ Produsele dōTERRA timp de 30 de zile pentru o stare de bine generală



SFAT

Adaugă uleiuri citrice în apa de băut, în loc de îndulcitori și arome artificiale.

DE CE SĂ TE HIDRATEZI?

- Îmbunătățește starea de spirit
- Sprijină funcțiile naturale ale organismului
- Îmbunătățește starea generală de bine

ZILELE 1-30



Pachetul Lifelong Vitality™

2 capsule la micul dejun și cină



ZenGest TerraZyme™

1-3 capsule zilnic în timpul mesei



Capsule moi Zendocrine

1 capsulă moale la micul dejun și cină



Lămâie

Adaugă o picătură într-un pahar cu apă la fiecare masă

ZILELE 11-20



Capsule moi GX Assist™

1 capsulă la micul dejun sau cină

ZILELE 21-30



DDR Prime™ Capsule moi

1 capsulă moale la micul dejun și cină



PB Assist+™

1 capsulă la micul dejun și cină

OBICEIURI ZILNICE PENTRU UN STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS

Minim 8-10 pahare cu apă pe zi

Elimină produsele chimice de curățare și de îngrijire personală

ÎNGRIJIRE PERSONALĂ



PASTA DE DINȚI dōTERRA ON GUARD™

Împrospătează gura.



SETUL ESENȚIAL DE ÎNGRIJIRE A PIELII

Gama de îngrijire a pielii pe bază de plante, îmbogățită cu ulei esențial.



PRODUSELE dōTERRA SALON™

Produse premium pentru păr infuzate cu ulei esențial: Șampon Protector și Balsam pentru Netezirea Părului.

ÎMPROSPĂTAREA BĂII

5 picături de Lamâiță
5 picături de Grapefruit
5 picături de Bergamotă
Apă

Se adaugă aproape 110 ml de apă într-un flacon cu pulverizator.

Se amestecă, se agită și se pulverizează.

SOLUȚIE DE CURĂȚARE PENTRU GEAMURI

375 ml oțet alb
125 ml apă
8 picături de Lămâie

Se amestecă ingredientele într-o sticlă mare cu pulverizator și se agită bine.

SOLUȚIE DE ÎNDEPĂRTARE A PETELOR

125 ml oțet alb
20 picături de Lămâie

Adaugă apă și ulei într-un flacon de sticlă cu pulverizator de 225 ml. Pulverizează soluția pe pată și spală.

CURĂȚARE ON GUARD

Soluție de curățare non-toxică, pe bază de plante care curăță și elimină mirosurile.



dōTERRA On Guard™ Soluție concentrată pentru curățenie



dōTERRA On Guard™ Detergent de rufe



dōTERRA On Guard™ Săpun spumant pentru mâini

Auto-îngrijire informată

Formează-ți obiceiul de a utiliza soluțiile naturale dōTERRA ca prima linie de apărare. Folosește un ghid de referință de încredere despre uleiuri esențiale pentru a putea cunoaște și aplica tot mai mult posibilitățile nenumărate pe care le ai la îndemână.



PASTTENSE™

Masează pe tâmpile, gât și umeri pentru a promova o dispoziție pozitivă.



CORRECT-X™

Folosește acest unguent pentru a calma pielea.



dōTERRA ON GUARD™

Picături și biluțe.
Consumă zilnic 1 picătură sau o biluță.



LEVĂNȚICĂ

Folosește pentru a calma, a consola și a liniști.



BRELOC CU 8 FLACOANE

la cu tine 8 uleiuri pe care le folosești cel mai frecvent, pentru a fi gata de orice!

ULEIURI FAVORITE PENTRU BRELOC

Levăntică
ZenGest™
Mentă
Tămâie
dōTERRA Air™
dōTERRA On Guard™
Deep Blue™
Arbore de ceai

Uleiurile esențiale pentru sprijinul tău

Folosește zilnic uleiuri esențiale pentru a susține și a promova starea generală de bine.

RELAXARE



- dōTERRA Balance™
- dōTERRA Serenity™
- Mentă
- Levănțică
- Tămâie
- Trandafir

PIELE & PĂR

- Salubelle™
- Lemn de santal
- Îngrijirea părului dōTERRA Salon Essentials™



PROTECȚIE



- Pachet dōTERRA Lifelong Vitality™
- dōTERRA On Guard™
- Lămâie
- Melaleuca
- Cimbru

LINIȘTIRE

- Tămâie
- xEO Mega™
- Bergamotă
- DDR Prime™
- Busuioc
- Copaiba



REVITALIZARE



- Zendocrine™
- Zendocrine™ Capsule Moi
- Ienupăr
- Geranium
- Lămâie

ASISTENȚĂ

- AromaTouch™
- Alpha CRS+™
- xEO Mega™
- Ylang Ylang
- Mentă



REDUCEREA TENSIUNII



- AromaTouch™
- Unguent Deep Blue™
- Deep Blue™
- Wintergreen
- Lamâiță
- Brad Siberian

DIGESTIV

- Fenicul dulce
- Ghimbir
- ZenGest™
- Mentă



Personalizează-ți planul pentru o stare de bine

Asigură-te că trăiești împlăcut, concentrându-te asupra fiecărui nivel. Evaluează-te în fiecare domeniu folosind piramida de la pag. 3. Selectează sprijinul dorit de la fiecare nivel al piramidei pentru un stil de viață sănătos dōTERRA.

1 NUTRIȚIE DE BAZĂ

Alimentează, asistă și fortifică



Pachetul dōTERRA Lifelong Vitality™



PB Assist™ Jr dōTERRA a2z Chewable™
 IQ Mega™



ZenGest TerraZyme™ PB Assist+™

2 FĂ EXERCIȚII

Calmează & energizează



Deep Blue™ Mito2Max™

Reîmprospătează & învigoarează



dōTERRA Air™ Mentă

Parte din planul pentru gestionarea greutății



Smart & Sassy™

3 ODIHNEȘTE-ȚE ȘI GESTIONEAZĂ STRESUL

Sprijin pentru un somn odihnitor



Levănțică Difuzor Petal
 dōTERRA Serenity™
 Capsule moi dōTERRA Serenity™

Sprijin emoțional / stres



Pachet Essential Aromatics Touch



Elevation Citrus Bliss™ dōTERRA Balance™



Pachet Obiceiuri zilnice



Pachetul Sportivului



Pachetul Essential Aromatics

4 REDU EXPUNEREA LA PRODUSE SINTETICE

Srijin pentru purificarea organismului



- Lămâie Tangerină

Curățare On Guard™



- doTERRA On Guard™ Soluție concentrată pentru curățenie Detergent de Rufe doTERRA On Guard™ doTERRA On Guard™ Săpun Spumant pentru Mâini

Îngrijire personală



- Pastă de Dinți doTERRA On Guard™ Șampon & Balsam



- Pachetul Esențial de Îngrijire a Pielii

5 AUTO-ÎNGRIJIRE INFORMATĂ

Protejează & restabilește



- doTERRA On Guard™ Tămâie



- ClaryCalm™ Arbore de ceai



- PastTense™ InTune™ Correct-X™



- TerraShield™ DDR Prime™

Asistență specifică

Notează toate opțiunile dorite de la pag. 13

1.
2.
3.



- Pachetul doTERRA Touch™

Consultanță pentru evaluarea stării de bine

Atinge-ți obiectivele de sănătate!

Ghidul de referință pentru ulei esențial / aplicație:

1 Stabilește-ți prioritățile de sănătate și găsește soluții. Găsește soluțiile naturale de la paginile 13 și 17 sau într-un ghid de referință.

Priorități de sănătate pentru tine sau familia ta

Obiective pe 90 de zile

Soluții naturale pe care le ai sau de care ai nevoie

1.		
2.		
3.		

2 Creează-ți planul zilnic pentru o stare de bine. Ia soluțiile identificate mai sus și organizează-le în planul zilnic.

DIMINEAȚA	PRÂNZ	SEARA
Obiceiuri zilnice pentru o stare de bine <input type="checkbox"/> Pachetul dōTERRA Lifelong Vitality™ M <input type="checkbox"/> Tămâie T <input type="checkbox"/> ZenGest TerraZyme™ M <input type="checkbox"/> dōTERRA On Guard™ <input type="checkbox"/> Lămâie	<input type="checkbox"/> ZenGest TerraZyme™ M <input type="checkbox"/> dōTERRA Balance™ T <input type="checkbox"/> dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ M T = Uz extern M = la Masă	<input type="checkbox"/> ZenGest TerraZyme™ M <input type="checkbox"/> PB Assist+™ M <input type="checkbox"/> Levănțică T

3 Ce alte alegeri legate de sănătate ar putea să te ajute să-ți atingi obiectivele?

(de exemplu: mai multă apă, somn, mai multe exerciții fizice, modificări în alimentație etc.)

4 Trăiește împlănit cu soluții naturale.

Creează un plan de 90 de zile pentru o stare de bine, adăugând produsul dorit la comenzile LRP (plasare recomandată între data de 5 și 15 a lunii).

LUNA 1 LRP	LUNA 2 LRP	LUNA 3 LRP
Data: <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>	Data: <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>	Data: <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/>
TOTAL VP _____	TOTAL VP _____	TOTAL VP _____

Notiuni de bază

ULEIURI INDIVIDUALE

- **Arborvitae** Agent de curățare și purificare puternic
- **Busuioc** Păstrează pielea curată și sănătoasă
- **Bergamotă** Are proprietăți calmante și de netezire atunci când este aplicat local
- **Piper Negru** Sporește aroma mâncării
- **Cardamon** Condiment pentru gătit și coacere
- **Lemn de cedru** Conferă pielii un aspect curat și sănătos atunci când este diluat și aplicat epidermic
- **Coriandru (frunze)** Oferă mâncării un gust proaspăt, gustos; catifelează și răcorește pielea
- **Scorțișoară** Aromă puternică și dulce pentru gătit; adăugați în apă și faceți gargară pentru clătirea gurii
- **Salvie** Contribuie la un păr și scalp sănătos
- **Cuișoare** Condiment pentru gătit; poate curăța dinții și gingiile
- **Copaiba** Contribuie la o piele netedă și curată
- **Coriandru (semințe)** Condiment alimentar ușor și cu iz floral; aplicați pe piele pentru a menține un ten curat
- **Chiparos** Ajută la îmbunătățirea aspectului tenului gras
- **Bradul Douglas** Contribuie la o stare de spirit pozitivă; împrospătează aerul
- **Eucalipt** Aplicați pe piele și păr pentru a le revitaliza aspectul
- **Fenicul** Aromă și gust distinct de lemn dulce; adăugați în apă sau ceai
- **Tămâie** Conferă sentimente de relaxare la aplicarea pe piele; reduce apariția imperfecțiunilor pielii
- **Mușcată** Favorizează un ten curat și sănătos
- **Ghimbir** Diluați și aplicați pe piele pentru proprietățile sale de încălzire și calmare
- **Grapefruit** Condiment alimentar citric, acru; îmbunătățește starea de spirit
- **Helichrysum** Îmbunătățește aspectul pielii
- **Isomie Touch** Îmbunătățirea stării de spirit; ten sănătos; utilizare ca parfum
- **Ienupăr** Are o aromă calmantă, de echilibrare ce acționează ca un toner natural pentru piele
- **Levănțică** Calmează iritațiile ocazionale ale pielii; are proprietăți de calmare când e folosită aromatic
- **Lămâie** Condiment alimentar; conferă o dispoziție pozitivă atunci când este aplicat local
- **Lămâiță** Are o aromă subtilă de citrice; tonifică pielea
- **Lămâie verde** Îmbunătățește aroma mâncărilor; impactează starea de spirit în mod pozitiv atunci când este aplicat pe piele
- **Măghiran** Condiment alimentar; efect pozitiv de calmare când este utilizat intern
- **Melaleuca (Arbore de Ceai)** Curățare; ajută pielea; contribuie la un ten sănătos

- **Roiniță** Calmează tensiunea și nervii
- **Mir** Proprietăți de curățare; calmează pielea; promovează echilibrul emoțional
- **Oregano** Condiment alimentar; aromă erbacee, picantă
- **Patchouli** Contribuie la un ten neted și strălucitor când este aplicat epidermic; reduce apariția imperfecțiunilor pielii
- **Mentă** Ⓞ Ușurează disconfortul stomacal ocazional când este luat intern; condiment alimentar puternic și răcoritor
- **Mușțel Roman** Efect de calmare pentru piele, minte și corp
- **Rozmarin** Condiment alimentar; efect de calmare și bună dispoziție
- **Trandafir Touch** Calmant; sprijină pielea, promovează încrederea și buna dispoziție
- **Sandalwood** Sprijină pielea, părul și starea de spirit
- **Brad Siberian** Ajută la echilibrarea emoțiilor
- **Cimbru** Condiment alimentar; efect de curățare și purificare pentru piele
- **Vetiver** Efect de calmare și echilibrare
- **Portocală Sălbatică** Stimulează mintea și corpul
- **Wintergreen** Masaj relaxant după exerciții fizice
- **Ylang Ylang** Contribuie la un aspect sănătos al tenului și părului când este aplicat local; îmbunătățește starea de spirit

AMESTECURI DE ULEIURI

- **dōTERRA Air™** Calmează simțurile
- **AromaTouch™** Aplicați pe piele pentru o senzație de relaxare și reducere a tensiunii
- **dōTERRA Balance™** Promovează echilibrul și gânduri pozitive
- **Citrus Bliss™** Revigorant; stimulează starea de spirit; reduce stresul
- **ClaryCalm™** Efect de relaxare și calmare
- **DDR Prime™** Ⓞ Stare de bine generală
- **Deep Blue™** Aplicați pe piele pentru calmare și răcorire
- **Elevation** Diminuează sentimentele de stres; stimulează starea de spirit; conferă energie și bucurie
- **InTune™** Sprijină concentrarea, atenția, claritatea mentală și starea de spirit
- **dōTERRA On Guard™** Ⓞ Ⓞ Susține sistemul de apărare naturală a corpului
- **PastTense™** Promovează relaxarea
- **Salubelle™** Promovează sănătatea pielii și întinerirea ei
- **dōTERRA Serenity™** Ⓞ Promovează relaxarea și calmarea; suport pentru somn
- **Smart & Sassy™** Ⓞ Promovează o dispoziție pozitivă; oferă un impuls pentru revitalizare

- **TerraShield™** Protecție în mediul extern; susține sănătatea corpului
- **TriEase™** Ⓞ Părți egale de Lămâie, Levănțică și Mentă într-o capsulă moale; convenabil pentru călătorii sau la un eveniment în aer liber
- **Yoga Collection** Crește beneficiile sesiunilor de yoga; promovează încrederea în sine
- **Zendocrine™** Ⓞ Adăugați la băuturi citrice, ceaiuri sau apă
- **ZenGest™** Ⓞ Calmează disconfortul stomacal ocazional

STAREA DE BINE

- **Deep Blue™ Complex cu Polifenoli** Amestec calmant ce conține uleiul esențial Deep Blue™
- **Ulei de cocos fracționat** Ajutor pentru diluare și hidratant pentru piele
- **dōTERRA Lifelong Vitality Pack™** Supliment alimentar
- **Complex de Fitoestrogeni Lifetime** Amestec de fitoestrogeni din plante standardizate și extracte din alimente integrale
- **Zendocrine™ Complex** Amestec exclusiv de uleiuri esențiale de Tangerină, Rozmarin, Mușcată, Ienupăr și Coriandru (frunze)

SPA

- **Correct-X™** Protejează și hidratează pielea; calmează pielea și promovează reînnoirea ei după stres
- **dōTERRA™ SPA Loțiune pentru mâini și corp** Loțiune de bază la care se adaugă uleiurile
- **HD Clear™ Îngrijirea pielii** Loțiune pentru față și Spumă pentru curățare
- **dōTERRA Salon Essentials™** Șampon protector și Balsam pentru netezirea părului

VIAȚA ZILNICĂ

- **Dropsuri dōTERRA Air™** Eliberează căile respiratorii; sprijină sănătatea generală a sistemului respirator
- **Unguent Deep Blue™** Loțiune pentru calmarea durerii
- **Difuzor Lumo/Lotus/Petal** Difuzoare pentru uz aromatic
- **Pasta de dinți dōTERRA On Guard™** Pastă de dinți naturală cu efect de albire
- **dōTERRA On Guard™ Dropsuri pentru gât** Susține sistemul imunitar
- **dōTERRA On Guard™ Sapun spumant pentru mâini** Curăță sigur și eficient
- **Capsule Vegetale** Capsule moi goale

Disponibil și în: **B** Biluțe **C** Capsule Moi

Recompensarea loialității

Cel mai deștept mod de a cumpăra

Poți plasa oricând o comandă standard de membru, cu 25% reducere față de prețul întreg de vânzare, dar pentru a beneficia de oferta cea mai avantajoasă, creează o comandă LRP (Program de Recompensare a Loialității) pentru mai multe economii și oportunități de a primi produse gratuite.



Cumpără 1 dōTERRA Lifelong Vitality Pack™

+ Alege până la 2 suplimente adiționale la prețuri reduse



Mito2Max™
43,50€
29,00 €* / 8 PV



Deep Blue
Polyphenol Complex™
54,00€
29,00 €* / 8 PV

*prețurile nu conțin TVA

ÎNTREBĂRI FRECVENTE PENTRU PROGRAMUL DE RECOMPENSARE A LOIALITĂȚII

Cum pot crea sau modifica comanda PRL?

· Accesează mydoterra.com. Dă clic pe "Create a New LRP Template" sau editează produsele dintr-o comandă LRP deja existentă.

Cum îmi pot anula comanda de Recompensare a Loialității?

· Poți anula oricând comanda LRP prin telefon prin e-mail la romania@doterra.com. Serviciul de Relații cu Clienții dōTERRA te va ajuta să valorifici punctele pentru produse gratuite pe care le-ai acumulat. Dacă anulezi comanda LRP vei începe din nou cu recompense de 10% când vei relua plasarea consecventă a comenzilor LRP.

Ce se întâmplă dacă vreau să returnez un produs?

· Dacă este deschis sau folosit, dōTERRA rambursează 90% din prețul de achiziție și 100% rambursare completă pentru orice produs nedeschis, în termen de 30 de zile de la cumpărare.

Pot avea mai mult de o comandă LRP?

· Da. Dacă ai nevoie să plasezi mai mult decât comanda lunară, trebuie doar să modifice comanda LRP și să o execuți din nou, indiferent de ziua (zilele) din lună pe care le alegi. Configurează câte comenzi dorești. Nu uita să anulezi comenzile pe care nu dorești să le primești în luna următoare.

Când pot utiliza punctele pentru produs?

· Poți valorifica punctele pentru produse în decurs de un an de la data la care le-ai obținut.

Cum mi se poate rambursa 100% din costul de transport?

· 50% din transport va fi rambursat sub formă de puncte pentru produse la plasarea oricărei comenzi LRP. Restul de 50% va fi rambursat sub formă de puncte pentru produse dacă comanda LRP este procesată online, fără a telefona la suport clienți.

Cum pot profita din plin de ofertele speciale dōTERRA?

· Plasează o comandă LRP de cel puțin 125 PV (volum personal) între 2 și 15 ale lunii. Astfel poți primi gratuit Produsul Lunii și poți profita de orice promoții. Fii atent la corelarea dintre PV și preț, deoarece multe oferte speciale sunt legate de PV și încep de la data de 1 a lunii.

VALOAREA PRODUSULUI (PV) TREBUIE SĂ DEPĂȘEASCĂ	1	50	100	125
Păstrează punctele de loialitate LRP	✓	✓	✓	✓
Obține 10-30% Puncte & Creștere %		✓	✓	✓
Califică-te pentru a primi venituri			✓	✓
Primește Produsul Gratuit al Lunii (comenzi plasate între 1 și 15 ale lunii)				✓

Cum primesc înapoi 30% în credite pentru produse GRATUITE?

- Procentajul recompenselor de loialitate crește în timp din prima lună în care comanzi după înscriere.
- Procentajul de pornire depinde de pachetul cu care ai început. Indiferent de procentajul cu care începi, vei crește cu 5% la fiecare 3 luni până când veți obține maximum de recompense LRP de 30%.

Cum îmi pot valorifica Punctele de recompensare a loialității?

- În coșul virtual de cumpărături, selectează "Utilizați puncte" pentru produsele pe care dorești să le valorifici cu punctele de Recompensare a Loialității. Puncte noi se adaugă în data de 15 a lunii următoare după plasarea fiecărei comenzi.

CÂȘTIGĂ PÂNĂ LA 30% ÎN CREDITE PENTRU PRODUSE GRATUITE

Procentul de recompense crește în timp.

25% REDUCERE DE MEMBRU

PROCENTAJ PRIMIT ÎNAPOI ÎN CREDITE PENTRU PRODUSE:

10%

Lunile 1-3

15%

Lunile 4-6

20%

Lunile 7-9

25%

Lunile 10-12

30%

Lunile 13+

TOTAL ECONOMII & CREDITE:

35%

40%

45%





50%

55%







SFATURI ESENȚIALE




Eficacitate

-  Utilizează ghidul de referință pentru a găsi soluții pentru probleme în momentul în care apar.
-  Anumite uleiuri funcționează pentru anumite persoane. Când nu obții rezultatele dorite, încearcă alte uleiuri sau alte metode de aplicare.
-  Masează pentru a crește beneficiile și pentru a facilita absorbția rapidă.
-  Aplică uleiuri sub limbă sau pe tălpi, pe coloana vertebrală sau la nivelul buricului.

Siguranța

-  Evită contactul cu ochii, interiorul nasului și al urechilor.
-  Diluează Uleiul de Cocos Fraționat pentru pielea sensibilă și absorbție susținută. Consultă instrucțiunile dōTERRA pentru cazurile în care apare sensibilitate. Pentru confort, linia dōTERRA Touch™ are uleiuri pre-diluate.
-  Evită expunerea la soare timp de câteva ore după aplicarea locală a uleiurilor Lămâie, Portocală Sălbatică, Bergamotă, Lămâie verde, Grapefruit sau a altor uleiuri citrice.
-  Citește etichetele și urmează recomandările.

Cele mai bune practici

-  Păstrează uleiurile în cea mai bună condiție evitând expunerea la temperaturi extreme sau la lumina directă a soarelui.
-  Folosește recipiente de sticlă pentru uleiuri, deoarece ele pot afecta anumite materiale plastice în timp.
-  Uleiurile dōTERRA™ sunt foarte potente. Pentru cele mai bune rezultate, folosește frecvent în cantități mici.

Învată mai mult

Numărul de membru _____

Parolă _____

Loghează-te la mydoterra.com



Seria „Viață Împuternicită”

doterra.com/US/en/empowered-life-series

Urmărește aceste webinarii pentru a continua să înveți despre modalitățile de utilizare a produselor dōTERRA.



Abonează-te la

dōTERRA Daily Drop®

Seria de e-mailuri despre stilul de viață - pe doterra.com (la secțiunea Living) sau descarcă aplicația.



Învată lucruri noi și descoperă idei minunate:

• doterrablog.com/doterra-living



Folosește un ghid de referință pentru uleiuri sau o aplicație mobilă

Asistență principală _____

Telefon _____

Email _____

Alt tip de asistență _____

Telefon _____

Email _____

Prezentări și evenimente viitoare locale sau online

• Email: romania@doterra.com

• România: +40 316303696

• UK: +44 203 318 0064

• Americi: +1 800-411-8151

• Australia: +61 (02) 8006-4854

Puteți obține informații suplimentare la:
doterraeveryday.eu/contact.

Apel în echipă/ Site / Grupuri Facebook

FIECARE STICLĂ FACE O DIFERENȚĂ

Folosirea consistentă a produselor dōTERRA vă poate schimba viața, precum și viața cultivatorilor și a familiilor acestora din întreaga lume. Fiecare picătură de ulei reprezintă mâinile care au cultivat pământul pentru beneficiul nostru.

ÎMPĂRTĂȘEȘTE CU CEI DRAGI



SCHIMBĂ VIEȚILE ALTORA
Găzduiește o prezentare dōTERRA
cu prietenii și familia!

ASIGURĂ-ȚI UN VENIT & FĂ O DIFERENȚĂ



SCHIMBĂ-ȚI VIITORUL
Lansează-ți afacerea dōTERRA prin împărtășire
și împuternicire cu soluții naturale și învață-i pe
ceilalți să facă la fel.

