

Aromaterápia otthon



- Alakítsd át a házipatikád!

dōTERRA™



Cseréld le a házipatikádát!



Which Cabinet Costs More?

Makeover Guide

Instead of...
Try...
Aromatic, Topical, Internal (Application)

<p>1 Wart Removal Medicine, Antibiotics Oregano Apply daily to warts Apply to bottom of feet Apply diluted with Fractionated Coconut Oil Take 2 drops in capsule</p>	<p>2 Immune System Boost, Sore Throat Medicine OnGuard™ Diffuse to kill germs in air Apply on bottom of feet Take a drop in mouth & gargle</p>	<p>3 Female PMS/Hormone Balancing/Menopause Products Solace Roll-on to abdomen, neck, &/or forehead</p>	<p>4 Vitamins, Omega-3, Resveratrol, Energy Drinks, LifeLong Vitality (LIV) Follow directions on label Best taken 2x/day with meals</p>	<p>14 Fever Reducer, Energy Aids, Mouthwashes Peppermint Drop on tongue Inhalation for energy Apply to bottom of feet, spine, &/or forehead for fever</p>
<p>5 Pain/Headache Medicine PainFree™ Apply to affected area Roll-on to neck & temples Roll-on to areas of pain</p>	<p>6 Anti-Fungal Cream, Foot Powder, Ear Drops, Dandruff Shampoo Melaleuca Apply to affected area Massage around ear Add to shampoo</p>	<p>7 Sterilizing Agents, Hand Sanitizer Purify Diffuse to boost immunity Drop on hands & rub</p>	<p>15 Antidepressants Frankincense & LIV Apply to forehead, chest, &/or feet Drop under tongue 2x/day</p>	<p>20 Weight-loss Aids Slim & Sassy® Apply to troubled areas Take 3-5 drops under tongue, in water, or in capsule (3-5 a day)</p>
<p>8 Cold/Flu Medicine, Nasal Decongestant, Allergy Medicine Breath Apply to chest, forehead &/or back Cap hands & inhale</p>	<p>9 Muscle Pain Cream, Joint & Arthritis Pain Aids Deep Blue® Rub Lemongrass AromaTouch Apply to affected area</p>	<p>16 Upset Stomach Aid, Laxative, Antacids DigestZen® Apply to stomach Take 2-3 drops in water or capsule</p>	<p>16 Stress Aids, Diaper Cream, After Shave, Hemorrhoid Cream Balance Inhale or diffuse for mood Apply to bottom of feet Apply to affected area</p>	<p>21 Food Enzymes TerraZyme™ Take 1-3 capsules with meals</p>
<p>10 Anti-Itch Lotion, Bum Cream, Cut/Scrape Disinfectant Lavender Diffuse to calm Apply directly to burns, rashes, cuts, & wounds</p>	<p>11 Insect Repellent TerraShield® Apply to exposed skin</p>	<p>17 Anti-acne Treatment Clearkin Clearkin Flamingo Face Wash Roll-on to blemishes Wash face 2x/day</p>	<p>17 Sleep & Anxiety Aids Serenity Inhale or diffuse to calm Apply under nose, on neck, &/or forehead</p>	<p>22 Detox Products Lemon, Zanderine™ Take 3-5 drops under tongue, in water, or in capsule</p>



Natural Solutions
After

dōTERRA™



2008 óta



- Megbízhatóság
- Kiváló minőségű illóolajok
- Tudományos aromaterapeuta szakértői háttér

dōTERRA™



Testi-lelki-szellemi egészségmegőrzés illóolajokkal

Illóolajok + illóolajos termékek + kiegészítők

Felhasználási receptek

dōTERRA™



Az aromaterápia alapjai



- Az olajok használata kiegészítő és önálló terápiaként is rendkívül hatékony és gyengéd módszer kicsiknek és nagyoknak egyaránt.

dōTERRA™



Kicsiknek és nagyoknak

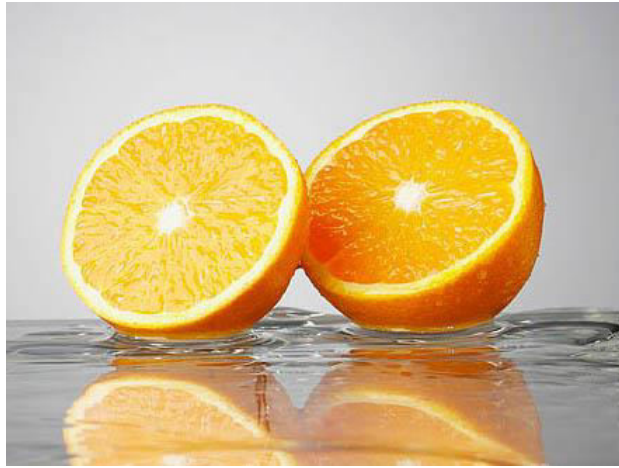


- Fontos ismernünk a szabályait

dōTERRA™



Mik az illóolajok?



dōTERRA™



Mik az illóolajok?



dōTERRA™



Mik az illóolajok?



dōTERRA™



A kezdetek



dōTERRA™



Bázisolajok



dōTERRA™



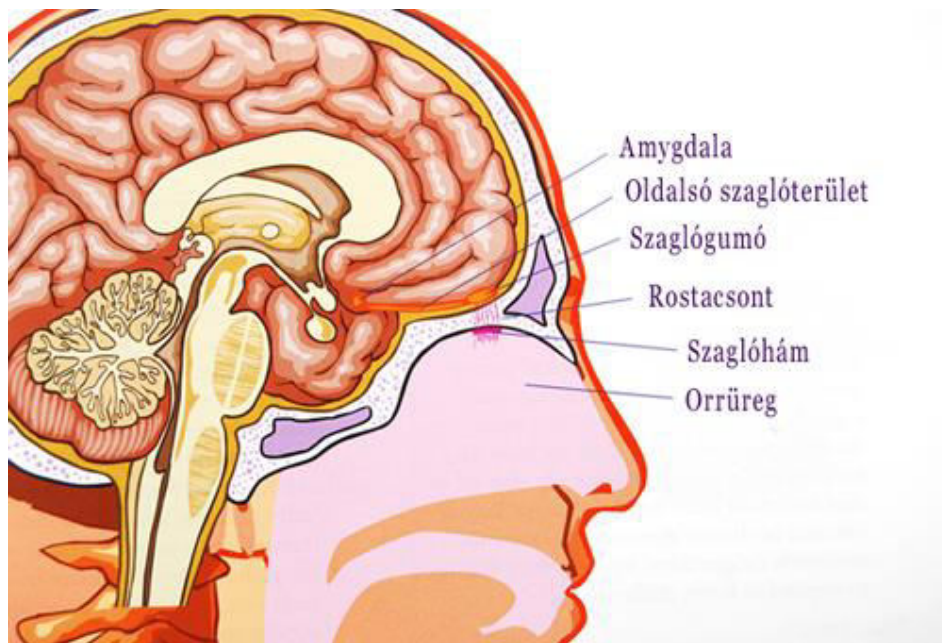
Bázisolajok



dōTERRA™



Hogyan hatnak az illóolajok?



- Az orrunkon keresztül
- A tüdőbe jutva a vérkeringésen keresztül
- A bőrön keresztül is felszívódnak
- A nyálkahártyán keresztül

dōTERRA™



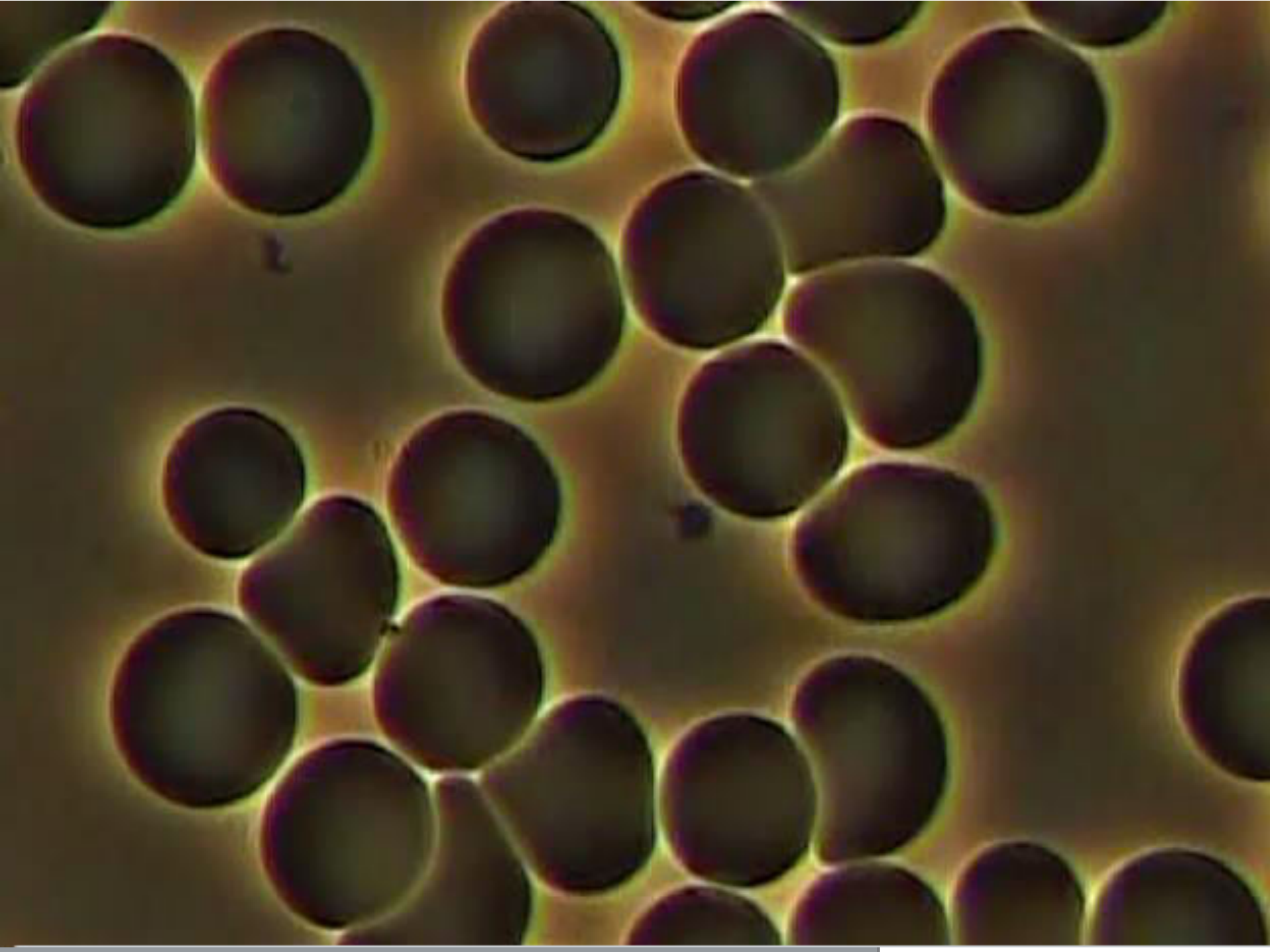
Mire hatnak az illóolajok?

- A hormontermelésünkre
- Az anyagcserénkre
- Az étvágyunkra
- A gondolkodásunkra
- A hangulatainkra
- A vágyainkra
- A megérezéseinkre
- Az alkotókészségünkre
- A stressz-szintünkre
- A közérzetünkre
- A nemi vágyunkra
- Az önbecsülésünkre
- Javítják életminőségünket
- Serkentik az immunrendszerünket
- Segítik a szépség megőrzését
- Test-, arc- és hajápolás
- Megnyugtатnak vagy felélénkíteneк
- Régi emlékeket idéznek fel
- Segítenek a változások elfogadásában, feldolgozásában stb.

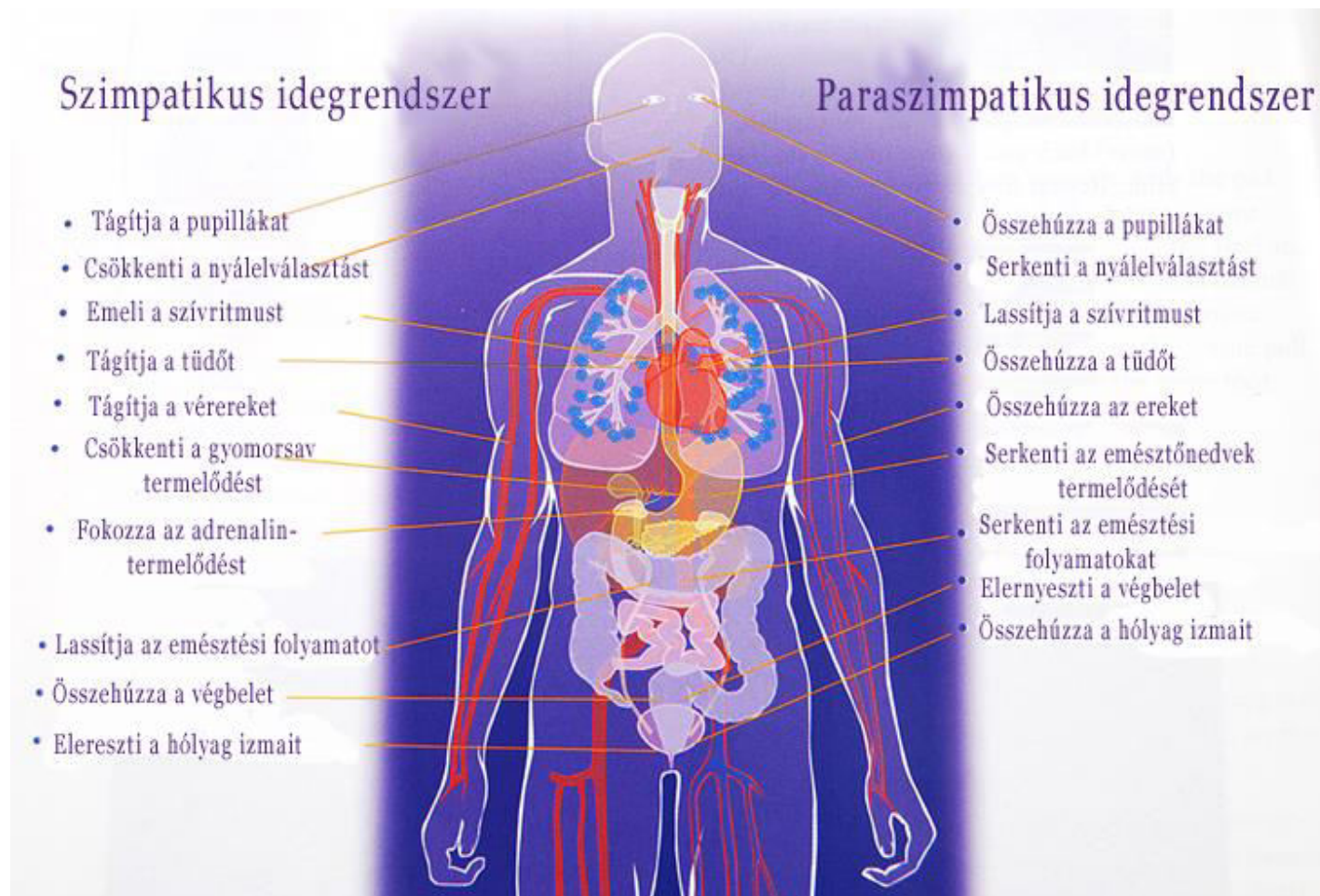
dōTERRA™







Hatnak a szimpatikus és a paraszimpatikus idegrendszerre



dōTERRA™



Használatuk: a 3 lépcsőfok

1. Illatosítunk, takarítunk, fertőtlenítünk
2. Az egyszerűbb problémákra biztonsággal, felelősséggel és kedvvel használjuk
3. Terápiás alkalmazás, vagyis többszöri, holisztikus gyógymódként való alkalmazásuk aromaterapeuta szakember segítségével

dōTERRA™



Miért fontos a minőségi illóolaj?

Mi a különbség illóolaj és illóolaj, ill. illat és illóolaj között?

- Kémiai kötések száma – mesterséges illatok
- Természetes, de hatástalan illóolajok
- Első lepárlásúak
- Biotermesztésű növények
- Kemotípus szerint bevizsgált (Nem mindegy, mikor szedik le, milyen földben termett, milyen éghajlaton stb.)



dōTERRA™



7 éve találkoztam a

dōTERRA®

illóolajokkal, és
beleszerettem 😊



dōTERRA™



Miért tetszik ennyire a dōTERRA?

CPTG Certified Pure Therapeutic Grade®
(Igazoltan Tiszta Terápiás Minőség)



- 💧 100%-os tisztaságú illóolajok
- 💧 A CPTG minőségi standard szigorúbb, mint az ISO (Nemzetközi Szabványügyi Szervezet)
- 💧 A doTERRA szabadalmaztatta ez a minősítési kategóriát)
- 💧 Gázkromatográfiás és tömegspektrométeres vizsgálat minden szállítmánynál

dōTERRA™



💧 Megbízható tudományos
szakértői háttér



dr. Robert
Pappas

Az illóolajok kémiai
vizsgálatának szakértője

Essential Oil University,
www.essentialoils.org

dōTERRA™



💧 Megbízható tudományos
szakértői háttér



dr. David Hill
aromaterapeuta
receptjeivel

(a doTERRA tudományos
tanácsadó testület elnöke)

doTERRA™





doTERRA™





+ FAMILY PHYSICIAN™

OF LAVENDER, LEMON, PEPPERMINT, MELALEUCA, OREGANO, DEEP BLUE,
 ON GUARD; AND dōTERRA'S EXCLUSIVE OMNI FRANKINCENSE



dōTERRA™



💧 Több száz (!) ingyenes recept angolul,
magyarul: a www.aromaterapiaotthon.hu weboldalon

💧 Ingyenes oktatóanyagok, videók, útmutatók

💧 Tapasztalatok, visszajelzések



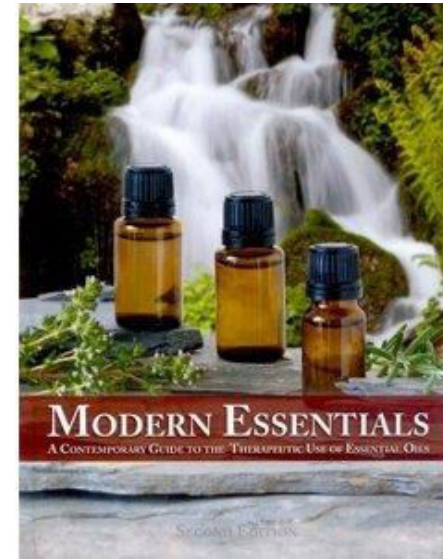
doTERRA™



A használati módszerek pontosan jelölve

Csak kövesd a címkék utasításait!

doTERRA filozófia:
egészségmegőrzés CSALÁDOKNAK



FELHASZNÁLÁSI MÓDOK

- A** Párologtatásra használható
- T** Külsőleg használható
- I** Belsőleg használható

BŐR ÉRZÉKENYSÉGE

- N** Hígítás nélkül külsőleg használható
- S** Fiatal vagy érzékeny bőr esetén hígítandó
- D** Hígítandó külső felhasználás előtt

doTERRA™



Hogyan használjuk?

Diffuser Blends

Sweet Dreams
3 drops Serenity
2 drops Wild Orange

Sonoma Bliss
3 drops Citrus Bliss
2 drops Rosemary

Stress Buster
2 drops Bergamot
2 drops Frankincense
2 drops Elevation

Fall is in the Air
2 drops Arbovitae
2 drops Cardamom
2 drops Cassia

Genius Blend
2 drops Rosemary
2 drops Frankincense
2 drops Peppermint

Immune Booster
3 drops On Guard
2 drops Lemon
1 drop Oregano

Happy Happy Happy
2 drops Frankincense
2 drops Peppermint
2 drops Lime
2 drops Wild Orange

Stink Away
3 drops Purify
2 drops Lemon

After the Rain
3 drops Vetiver
2 drops Lemon
1 drop Peppermint

Grateful Heart
1 drop Ginger
1 drop Cinnamon
2 drops Coriander
1 drop Clove

dōTERRA™



Hogyan használjuk?

- Levegőbe permetezve
- Test- és lábfürdő (mézben, tejszínben elkeverve!)



dōTERRA™



Hogyan használjuk?



dōTERRA™



Hogyan használjuk?

- Száraz módszer
- Inhalálás



dōTERRA™



Hogyan használjuk?

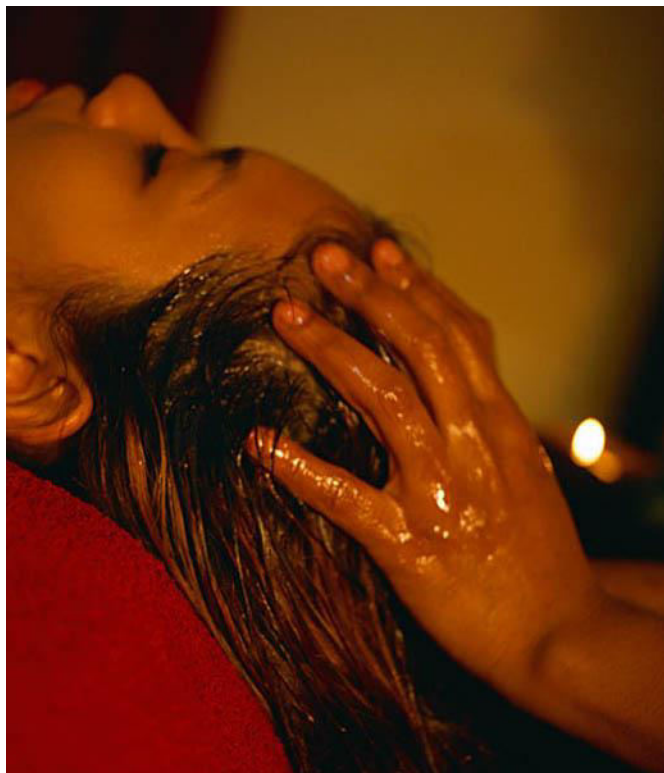
- Szaunázás
- Lemosás vagy borogatás
- Hajápolás
- Bőrápolás
- Masszázs, bekenés
- Szájápolás



dōTERRA™



Hogyan használjuk?



dōTERRA™



Hogyan használjuk?

(masszázsolaj, balzsam, illóolaj)

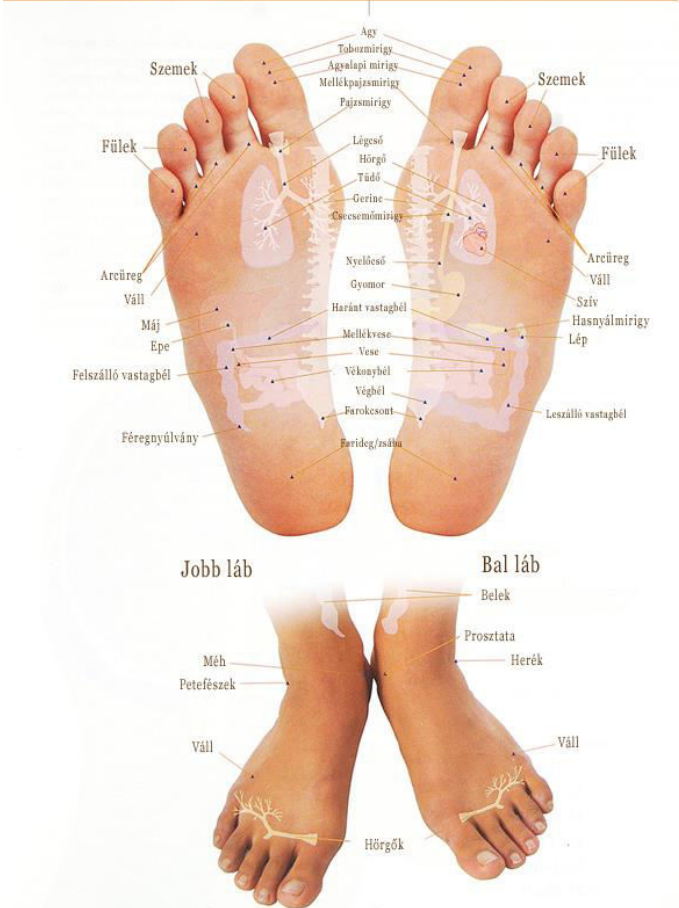


dōTERRA™



Reflexpontok (kéz, láb, fül, hát)

A láb reflexpontjai



dōTERRA™



Hogyan használjuk?



dōTERRA™



💧 Tanfolyamok, tréningek az interneten keresztül és élőben



dōTERRA™



💧 + illóolajokból készült termékek



doTERRA™



TERMÉKEK

Illóolajok



Önálló
Keverékek
Kiegészítők

Wellness



Táplálék-
kiegészítők
Fogyókúrás
termékek
Női
termékek

Spa



Bőrápolás
Testápolás
Hajápolás
Parfüm

Otthon



Otthon
Konyha
Mosás
Fürdő
Kert

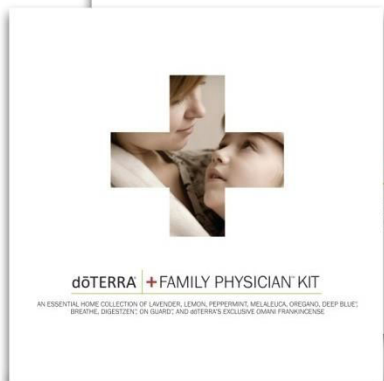
dōTERRA™



Családi Csomag – a mi ajánlatunk!

+ Family Kit

6 illóolaj és 4 illóolaj-keverék, a
mindennapi problémákra + CD



+ FAMILY PHYSICIAN™

F LAVENDER, LEMON, PEPPERMINT, MELALEUCA, OREGANO, DEEP BLUE,
N GUARD; AND dōTERRA'S EXCLUSIVE OMNI FRANKINCENSE.



Levendula
Citrom
Borsmenta
Teafa
Oregano
Tömjén

Deep Blue (izom, ízület)
Breathe (légzéskönnyítő)
DigestZen (emésztésre)
On Guard (immunrendszer
támogatására)

dōTERRA™



LEVENDULA Minden ami nyugtató

- + Párolgattva szobában vagy külsőleg használva szorongásoldó és érzelmi nyugtató
- + Külsőleg használva nyugtatja az irritált bőrt
- + Masszírozható a hátba és a talpba és tehető egy csepp a párnára lefekvéskor
- + Segít megnyugtatni a bőrt méh vagy egyéb rovarcsípés esetén
- + Fertőtlenít, csökkenti a gyulladásokat, láz- és fájdalomcsillapító
- + Csökkenti a vérnyomást, izomgörcsöket
- + FAMILY PHYSICIAN™ KIT



Vegyszeres égés



15 nappal később

Napi rendszeres levendulaolaj használat után



Harmadfokú égési sebek, forrázás



5 nappal
levendula és
teafa illóolaj napi
használata után



CITROM Tisztít és felfrissít

- + Nyugtatja a száraz vagy fájó torkot (öblögetés)
- + Párologtatva szobában semlegesíti a kellemetlen szagokat és emeli a hangulatot, frissít
- + Használható konyhapult és rozsdamentes acélból készült készülékek tisztítására
- + Méregtelenít, lázcsillapító, elállítja a vérzéseket
- + Főként zsíros bőrre, zsíros hajra
- + Frissít, tisztít, megnyugtat



+ FAMILY PHYSICIAN™ KIT

BORSMENTA Hűsít és élénkít

- + Használható citrommal vegyítve vízzel, mint egészséges, üdítő szájöblítő
 - + Belélegezhető mélyen, hogy élénkítse a tüdőket és növelje az élénkséget
 - + Egy szórófejes palackban vízzel elkeverve nedvesíti, lehűti a túlhevült bőrt
 - + Alkalmazva a nyakon és a homlokon
Levendulával enyhíti a fejfájást
 - + Megszünteti az émelygést, görcsoldó
 - + Bátorít, fokozza a tisztánlátást, éberséget ad
- + FAMILY PHYSICIAN™ KIT**



TEAFA Elsősegély a bőrnek

- + Általános fertőtlenítőszer
- + Gombás bőrelváltozásokra, fekélyekre, gyulladásokra
- + Használható a napi tisztító folyamat részeként a bőrfoltokon és kiütéseken, sebekre, vágásokra
- + Samponnal és hajbalzsammal együtt használható az egészséges fejbőrért és hajért
- + Lábfejen és lábkörmökön használható zuhanyzás, úszás vagy edzés után
- + Légúti betegségek tüneteit enyhíti, oldja a nyákot, megnyugtat, erőt ad.
- + FAMILY PHYSICIAN™ KIT



OREGANO Természetes Immunrendszer

- + Az immunrendszer időszakos támogatására
- + Enyhíti a megfázásos tüneteket, tisztítja a légutakat, csillapítja a köhögést.
- + Hígítva és a gyerekek és felnőttek talpára kenve természetes védelmet ad
- + Az emésztőrendszer havi tisztító kezelése részeként, aromaterapeuta tanácsait követve

+ FAMILY PHYSICIAN™ KIT



TÖMJÉN

HA EGY OLAJAT VISZEL...

- + Használható kisebb vágások és sérülések tisztítására és kezelésére (sebgyógyító, fertőtlenítő)
- + Használható egy hordozó olaj segítségével a gyönyörű, ragyogó bőrért (száraz, érzékeny bőrre)
- + Használható a talpba dolgozva vagy belsőleg az immunrendszer működésének támogatására
- + Levendulával és borsmentával segít a félelem- és stresszoldásban és fejfájás esetén
- + Enyhíti a légúti problémákat, köptető hatású
- + FAMILY PHYSICIAN™ KIT



DEEP BLUE[®] Izom- és ízületi támogatás

- + Használható közvetlenül a fáradt, sajtó ízületekre
- + Bedörzsölhető az izmokba testmozgás előtt és után, hogy csökkentse a kellemetlenséget
- + Használható egy hordozó olajjal terápiás mélyszöveti masszázshoz

+ kúszó fajdbogyó, borsmenta, varádics, német kamilla, olasz szalmagyopár, osmanthus



+ FAMILY PHYSICIAN™ KIT

BREATHE Légzéstudomány

- + Külsőleg felvihető a mellkasra és hátra, hogy tisztítsa a tüdőt, a homlok- és arcüreget
- + Szétpermetezve vagy párologtatóba téve lefekvéskor segít a pihentetőbb alvásban
- + Mellkason vagy talpon külsőleg használva könnyíti az időszakos légzési nehézségeket

+ babér, borsmenta, eukaliptusz, Ravensara, teafa, citrom



+ FAMILY PHYSICIAN™ KIT

DIGESTZEN[®] Emésztési segítség

- + A gyomorra dörzsölve segít emésztési nehézség, hányinger vagy utazási betegség esetén
- + Támogatja az egészséges, kényelmes emésztést
- + Használható a gyerekek talpán, hogy megoldja az emésztési gondokat

+ gyömbér, borsmenta, tárkony, édeskömény,
koriander, ánizs



+ FAMILY PHYSICIAN[™] KIT



ON GUARD™ Természetes védelem

- + Párolgattva egy szobában hogy fertőtlenítsse, frissítse a levegőt
- + Gerincre, talpra kenve immunerősítő!
- + Egy szórófejes palackban felhígítva tisztíthatunk vele kilincseket, telefonokat és más közösségi felületeket
- + Hígítva gargalizálhatunk vele szájöblítőként

+ vadnarancs, szegfűszeg, fahéj,
eukaliptusz, rozmaring



+ FAMILY PHYSICIAN™ KIT

Egyéb csomagok

AromaTouch Technique Kit



STRESS REDUCTION



IMMUNE ENHANCEMENT



INFLAMMATORY RESPONSE REDUCTION



HOMEOSTASIS



dōTERRA™





Köszönöm
a figyelmedet! 😊

dōTERRA™

