

The background of the entire page is a close-up, soft-focus photograph of lavender flowers in shades of purple and blue. The flowers are in various stages of bloom, with some showing individual petals and others as clusters.

v dōTERRA™ *Žitie*

Prehľad životného štýlu

Gratulujeme,

že ste sa rozhodli zapojiť do holistickej starostlivosti o svoje vlastné zdravie, vďaka čomu získate nové príležitosti k obohateniu vášho každodenného života. dōTERRA, čo v latinčine znamená „dar zeme“, vám prináša prírodné riešenia na komplexnú starostlivosť a zlepšenie vášho fyzického, duševného a emocionálneho zdravia. Keď výhody esenciálnych olejov zažijete na vlastnej „koži“, spoznáte revolučný spôsob, akým dōTERRA zlepšuje zdravie v rodine.

Chcete objaviť starostlivosť o svoje vlastné zdravie?

Predstavte si život, v ktorom možno ľahko nachádzať riešenia. Stačí vám referenčná príručka a balenie esenciálnych olejov dōTERRA CPTG™ a dokážete hravo vyriešiť 80 percent svojich zdravotných problémov. V prípadoch, kedy budete predsa len potrebovať pomoc odborníka, sa spojte s lekárom, ktorý vás bude podporovať vo vyhľadávaní tých najlepších vedeckých a prírodných riešení.



Wellness životný štýl

Pyramída wellness životného štýlu od spoločnosti dōTERRA znázorňuje, že wellness je kombináciou životného štýlu a starostlivosti o zdravie. Ak sa zameriate na životný štýl, svoje zdravie dosiahnete prirodzene a poľahko si ho udržíte. Najdôležitejšie sú vaše každodenné návyky. Ak budete dodržiavať princípy wellness pyramídy a používať účinné produkty spoločnosti dōTERRA, budete sa cítiť spokojnejšie ako kedykoľvek predtým.

Vytvorte si každodenné wellness návyky

Ohodnoťte sa v týchto oblastiach (1-10)



Ochrana a obnova

Každodenne používajte produkt dōTERRA On Guard™ a kadidlo.



Očista a obnova

Pridaním kvapky citrónu alebo mandarínky do vody získate osviežujúci nápoj.



Pokoľ a uzemnenie

dōTERRA Balance™ vám pomôže relaxovať, zvládať stres a zároveň pocítiť uzemnenie.



Úľava

Produkt Deep Blue™ použite pred a po cvičení. Naneste ho na potrebné miesta.



Energia, podpora a sila

Zvýšte si svoju dennú dávku živín vďaka balíku celoživotnej vitality dōTERRA, ktorý obsahuje trojicu účinných doplnkov, ktoré nabijú vaše telo energiou.

ZenGest TerraZyme™ pomôže vášmu tráveniu.

PB Assist+™ dodá vášmu telu živé bakteriálne kultúry.

Správne stravovanie

Ak telu dodáte to, čo potrebuje, bude prosperovať. Základom je zdravá výživa. Doplnky spoločnosti dōTERRA sa skvele dopĺňajú s vašimi olejmi.



BALÍK CELOŽIVOTNEJ VITALITY dōTERRA

Životne dôležité nespracované potraviny, mikroživiny a omega mastné kyseliny.



ZENGEST TERRAZYME™

Enzýmy z nespracovaných potravín na podporu zdravého trávenia a metabolického procesu.



PB ASSIST+™ A PB ASSIST™ Jr

Dodá vášmu telu živé bakteriálne kultúry.



dōTERRA a2z CHEWABLE™ A IQ MEGA™

Dajte vášmu dieťaťu ráno dobrú výživu, ktorá pomôže jeho rastu a vývoju.

KAŽDODENNÉ NÁVYKY WELLNESS ŽIVOTNÉHO ŠTÝLU

Jedzte nespracované, čerstvé jedlo

Znížte konzumáciu cukru, kofeínu, mliečnych výrobkov
a spracovaných potravín

ZELENÝ SMOOTHIE

½ mrazeného banánu
200 g mrazených čučoriedok alebo jahôd
2 hrste baby špenátu alebo kelu
375 – 400 ml nesladeného mandľového mlieka
1 naberačka proteínového prášku podľa vlastného výberu
1 kvapka esenciálneho oleja z divokého pomaranča
1 kvapka esenciálneho oleja z borievky

OVSEŇÁ KAŠA

Do ovsenej kaše si pridajte kvapku škorice, dōTERRA On Guard™ alebo divokého pomaranča.

Prísady spracujte v mixéri, kým nebudú najemno rozmixované.

ČISTENIE OVOCIA A ZELENINY

Napustite do drezu studenú vodu a pridajte 6 kvapiek citrónového oleja. Vo vode niekoľko minút umývajte ovocie a zeleninu, je to rýchly a jednoduchý čistiaci prostriedok.



PRIDAJTE DO VODY

Pridajte tieto esenciálne oleje do čistej alebo bublinkovej vody a získate lahodnú príchuť (a nula kalórií!):

- citrón
- limetka
- grapefruit a kasia
- limetka a grapefruit

Pridajte 1 kvapku mäty piepornej, zázvoru alebo dōTERRA On Guard™ do horúcej vody a máte upokojujúci čaj.

Pohyb

Cvičením si okrem iných významných priaznivých účinkov posilníte svaly a pomôžete svojmu srdcu a obehovej i lymfatickej sústave. Esenciálne oleje napomáhajú lepšiemu sústredeniu a zdraviu, ktoré vám pomôžu byť aktívnymi a silnými.

PLÁN VÝŽIVY NA ENERGIU

RAŇAJKY

- shake s proteínovým práškom
- ovocná misa
- 1 kapsula Mito2Max™ s jedlom
- aspoň 250 ml vody
- 1 Smart & Sassy™ gélová kapsula alebo 3 až 5 kvapiek Smart & Sassy™ vo vode

OBED

- shake s proteínovým práškom
- zeleninová rolka či zdravé jedlo
- 1 kapsula Mito2Max™ s jedlom
- aspoň 250 ml vody
- 1 Smart & Sassy™ gélová kapsula alebo 3 až 5 kvapiek Smart & Sassy™ vo vode

VEČERA

- bielkovina (podľa vlastného výberu) a zelenina
- aspoň 250 ml vody
- 1 Smart & Sassy™ gélová kapsula alebo 3 až 5 kvapiek Smart & Sassy™ vo vode

ZOPÁR TIPOV:

ZAMERAJTE SA NA CIEĽ

Dajte si cieľ, ktorý vám pomôže zachovať si perspektívu a motiváciu. Vytýčte si merateľné krátkodobé ciele, ktoré vedú k vášmu dlhodobému cieľu, aby ste videli pokrok a udržali si motiváciu.

MYSLITE POZITÍVNE

Ak si zachováte pozitívny prístup, lepšie si udržíte motiváciu a dosiahnete vytýčené ciele.

STRAVUJTE SA PESTRO

Nespracované potraviny pestrých farieb prinášajú rozličné výhody. Snažte sa o to, aby ste mali na tanieri všetky farby dúhy a udržali si pestrý príjem živín.

DBAJTE O HYDRATÁCIU

Vypite 2 litre vody denne. Pridaním 3 až 5 kvapiek Smart & Sassy™ do každého pohára vody zlepšíte chuť.



KAŽDODENNÉ NÁVYKY WELLNESS ŽIVOTNÉHO ŠTÝLU

30+ minút pohybu denne

Robte strečing alebo cvičte jogu, aby ste boli ohybnejší

VYSKÚŠAJTE TIEŽ

Skombinujte svoj obľúbený
proteínový prášok s mrazeným
bobuľovým ovocím, banánmi
a 3 kvapkami divokého
pomaranča.

ČOKOLÁDOVO-MÄTOVÝ SHAKE

235 ml kokosovej vody alebo mandľového mlieka
2 naberačky čokoládového proteínového prášku
podľa vlastného výberu
1 kvapka mäty piepornej
ľad (podľa chuti)

Zmiešajte prísady, kým nebudú
najemno rozmixované.



DEEP BLUE™

Vmasírujte olej do požadovaných miest.

Naneste pred a po cvičení podľa potreby. Skúste aplikovať olej Deep Blue™ a následne naneste vrstvu Deep Blue™ krému, čím dosiahnete lepší účinok.



DEEP BLUE™ POLYFENOLOVÝ KOMPLEX

Obsahuje extrakty zo zázvoru, kurkumínu,
resveratrol a iné polyfenoly.

Užívajte denne 1 až 3 kapsule pri jedle, prípadne
2 kapsule na extra podporu.



dōTERRA AIR™

Uvoľňuje dýchacie cesty.

Rozotrite 1 až 2 kvapky na hrud'. V prípade
potreby zriedte.



MITO2MAX™

Podporte svoj zaneprázdnený životný štýl
patentovaným receptom zo štandardizovaných
extraktov z rastlín a metabolických kofaktorov.

Užite 1 kapsulu pri raňajkách a obede.

Používajte ako dlhodobú náhradu za kofeínové
nápoje.

Oddych a zvládanie stresu

Spánok zlepšuje náladu a poskytuje vášmu telu príležitosť na obnovu a regeneráciu. Pomocou esenciálnych olejov vyťažíte zo spánku čo najviac.

OBLÚBENÉ TIPY NA POKOJNÝ SPÁNOK

POKOJNÉ SNY

Pred spaním naneste zopár kvapiek levanduľového oleja alebo dōTERRA Serenity™ na spodnú časť chodidiel.



HLBOKÝ SPÁNOK

Zoberte 1 až 2 gélové kapsuly dōTERRA Serenity™ pred spaním.



OKAMŽITÝ RELAX

Skombinujte 1 až 3 kvapky oleja z divokého pomaranča alebo vetiveru, ktoré nanesiete na nohy a chrbticu.



ĽAHKÉ DÝCHANIE

Kloktajte s 1 až 2 kvapkami dōTERRA On Guard™ a následne naneste dōTERRA Air™ alebo dōTERRA Air™ tyčinku.



PETAL DIFUZÉR

Malý, praktický difuzér, ktorý sa dá použiť aj v noci. Má nočné svetlo a ďaleký dosah.



RELAXAČNÉ SOLI DO KÚPEĽA

350 g horkej soli
10 kvapiek dōTERRA Balance™,
dōTERRA Serenity™
či levandule

Zmiešajte a pridajte
do kúpeľa.

7 až 9 hodín kvalitného spánku každú noc

Každý deň sa venujte bdelej pozornosti či meditácii

Emocionálna rovnováha

Cítte sa dobre a vyvážene. Rozpoznajte svoje pocity a zistite, ktoré oleje z dielne dōTERRA™ podporia vašu emocionálnu rovnováhu.



MOTIVATE™

Povzbudzujúca zmes

Posilnite si vieru v seba samých. Buďte odvážnejší, sebavedomejší a popustite uzdu svojej tvorivosti, aby vaše snaženie prinieslo úžasné výsledky.



PEACE™

Uistujúca zmes

Podporte v sebe pocity istoty a vyrovnanosti a zamerajte sa na pokoj a súčasnosť.



CHEER™

Povznášajúca zmes

Zachovajte si dobrú náladu, pozitívny prístup a zvýšte pocity šťastia a pozitivity.



CONSOLE™

Utešujúca zmes

Cítte nádej, útechu a emocionálnu rovnováhu.



PASSION™

Inšpirujúca zmes

Opäť zažite nadšenie a pocíťte chuť vrhať sa do rizika a objavovať nové veci.



FORGIVE™

Obnovujúca zmes

Vykročte do nového dňa s pocitom úľavy a obnovy.



Zníženie vystavenia syntetickým látkam

V prírode sa striedajú cykly uvoľňovania a obnovy. Podobne sa musia regenerovať aj naše telá. Esenciálne oleje CPTG™ od spoločnosti dōTERRA podporujú proces prirodzenej obnovy tela, ktoré podporuje wellness.

VYSKÚŠAJTE SI PRODUKTY SPOLOČNOSTI dōTERRA NA 30 DNÍ PRE CELKOVÚ WELLNESS

TIP

Pridávajte si každý deň do vody citrusové oleje namiesto umelých sladidiel a dochucovadiel.

PREČO HYDRATÁCIA?

- Lepšia nálada
- Podporuje prirodzené funkcie tela
- Zlepšuje celkovú wellness

-----1. AŽ 30. DEŇ-----



Balík celoživotnej vitality

2 kapsuly z každého produktu s jedlom každé ráno a večer



ZenGest TerraZyme™

1 až 3 kapsuly s jedlom každý deň



Zendocrine™ gélové kapsuly

1 gélová kapsula s jedlom ráno a večer



Citrón

Pridajte si 1 kvapku do pohára vody pri každom jedle

-----11. AŽ 20. DEŇ-----



GX Assist™

1 gélová kapsula s jedlom ráno alebo večer

-----21. AŽ 30. DEŇ-----



DDR Prime™ gélové kapsuly

1 gélová kapsula s jedlom ráno a večer



PB Assist+™

1 kapsula s raňajkami, obedom a večerou

KAŽDODENNÉ NÁVYKY WELLNESS ŽIVOTNÉHO ŠTÝLU

aspoň 8 až 10 pohárov vody denne

Vyhýbajte sa chemikáliám v čistiacich prostriedkoch
a v produktoch na starostlivosť o telo

OSOBNÁ STAROSTLIVOSŤ



ZUBNÁ PASTA dōTERRA ON GUARD™

Osviežuje dych.



BALÍK ESENCIÁLNEJ STAROSTLIVOSTI O PLEŤ

Rada produktov s rastlinnými
esenciálnymi olejmi na starostlivosť
o pleť.



PRODUKTY dōTERRA SALON ESSENTIALS™

Prémiové produkty s esenciálnymi
olejmi na vlasy: ochranný šampón
a uhladzujúci kondicionér.

OSVIEŽOVAČ VZDUCHU DO KÚPEĽNE

5 kvapiek citrónovej trávy
5 kvapiek grapefruitu
5 kvapiek bergamotu
voda

Naplňte 110 ml fľaštičku
s rozprašovačom vodou takmer
do plna. Primiešajte oleje, zatrasťte
a môžete používať.

ČISTIACI PROSTRIEDOK NA SKLO

375 ml bieleho octu
125 ml vody
8 kvapiek citrónového oleja

Zmiešajte prísady vo veľkej
sklenej fľaši
s rozprašovačom.

ODSTRAŇOVAČ ŠKVRN

125 ml bieleho octu
20 kvapiek citrónového oleja

Do 225 ml sklenenej fľaštičky
s rozprašovačom pridajte vodu
a olej. Nastriekajte na škvŕny
a operte.

ČISTENIE S RADOU ON GUARD

Rastlinné a netoxické riešenie na špinu,
ktoré čistí a odstraňuje pachy.



čistiaci
koncentrát
dōTERRA
On Guard™



gél
na pranie
dōTERRA
On Guard™



penivé
mydlo
na ruky
dōTERRA
On Guard™

Rozumná starostlivosť o seba

Začnite pravidelne používať prírodné riešenia dōTERRA a urobte si z nich prvú líniu ochrany. Používajte dôveryhodnú referenčnú príručku o esenciálnych olejoch a zlepšite si prehľad o rozličných možnostiach, ktoré máte na dosah.



PASTTENSE™

Naneste na spánky, krk a ramená, aby ste dosiahli pozitívnu náladu.



CORRECT-X™

Použite na upokojenie pokožky.



dōTERRA ON GUARD™

pastilky a guľôčky
Užívajte 1 pastilku alebo guľôčku denne.



LEVANDULA

Na upokojenie a utíšenie.



KĽÚČENKA S 8 AMPULKAMI

Zbalte si svojich 8 najpoužívanejších olejov a budete pripravení na všetko!

NAJOBLÚBENEJŠIE OLEJE

levandula
ZenGest™
mäta pieporná
kadidlo
dōTERRA Air™
dōTERRA On Guard™
Deep Blue™
čajovník

Esenciálne oleje na podporu

Každodenným používaním esenciálnych olejov pomôžete posilniť a podporiť celkovú wellness.

RELAX



- dōTERRA Balance™
- dōTERRA Serenity™
- mäta pieporná • kadidlo
- levandula • ruža Touch

POKOŽKA A VLASY

- Sallubelle™
- santalové drevo
- starostlivosť o vlasy dōTERRA Salon Essentials™



OCHRANA



- Balík celoživotnej vitality dōTERRA
- dōTERRA On Guard™
- citrón • čajovník • tymián

POKOJ

- kadidlo • DDR Prime™
- xEO Mega™ • bazalka
- bergamot • kopaiva



OŽIVENIE



- Zendocrine™ • muškát
- Zendocrine™ gélové kapsuly
- borievka • citrón

PODPORA

- AromaTouch™ • ylang-ylang
- Alpha CRS+™ • mäta pieporná
- xEO Mega™



UVOĽNENIE NAPÄTIA



- AromaTouch™
- Deep Blue™ krém
- Deep Blue™ • citrónová tráva
- gaultéria • sibírska jedľa

TRÁVENIE

- fenikel • ZenGest™
- zázvor • mäta pieporná



Ušite si svoj wellness plán na mieru

Uistite sa, že žijete na plno tým, že sa zameriavate na všetky oblasti. Pozrite si svoje hodnotenia v týchto oblastiach na 3. strane. Vyberte si požadovanú podporu z každej úrovne pyramídy wellnes životného štýlu spoločnosti dōTERRA.

1 ZÁKLADNÁ VÝŽIVA

Výživa, podpora a posilnenie



☐ Balík celoživotnej vitality dōTERRA



☐ PB Assist™ Jr ☐ dōTERRA a2z Chewable™
☐ IQ Mega™



☐ ZenGest TerraZyme™ ☐ PB Assist+™



☐ Balík denných návykov

2 POHYB

Upokojenie a energia



☐ Deep Blue™ ☐ Mito2Max™

Oživenie a revitalizácia



☐ dōTERRA Air™ ☐ Mäta pieporná

Súčasť plánu zdravej hmotnosti



☐ Smart & Sassy™



☐ Balík pre športovcov

3 ODDYCH A ZVLÁDANIE STRESU

Podpora spánku



☐ Levanduľa ☐ Petal difúzer
☐ dōTERRA Serenity™ ☐ dōTERRA Serenity™ gélové kapsuly

Pomoc s emóciami a stresom



☐ Balík esenciálnej aromaterapie Touch



☐ Elevation ☐ Citrus Bliss™ ☐ dōTERRA Balance™



☐ Balík esenciálnych aromatických olejov

4 ZNÍŽENIE VYSTAVENIA SYNTETICKÝM LÁTKAM

Pomoc s prečistením



- ☐ Citrón ☐ Mandarínka

Čistenie s radou On Guard™



- ☐ čistiaci koncentrát
dōTERRA On Guard™ ☐ gél
na pranie
dōTERRA On Guard™ ☐ penivé mydlo
na ruky
dōTERRA On Guard™

Osobná starostlivosť



- ☐ zubná pasta
dōTERRA On Guard™ ☐ šampón
a kondicionér



- ☐ Balík esenciálnej
starostlivosti o plet'

5 ROZUMNÁ STAROSTLIVOSŤ O SEBA

Ochrana a obnova



- ☐ dōTERRA On Guard™ ☐ Kadidlo



- ☐ ClaryCalm™ ☐ Čajovník



- ☐ PastTense™ ☐ InTune™ ☐ Correct-X™



- ☐ TerraShield™ ☐ DDR Prime™

Cielená podpora

Poznačte si požadované možnosti z 13. strany

- 1.
- 2.
- 3.



- ☐ Balík dōTERRA Touch™

Wellness prehľad

Dosiahnite svoje wellness ciele!

Referenčná príručka či aplikácia o esenciálnych olejoch:

- 1 Napíšte svoje zdravotné priority a nájdite riešenia.** Prírodné riešenia nájdete na 13. a 17. strane alebo v referenčnej príručke.

Najdôležitejšie zdravotné priority pre vás a vašu rodinu

90-dňové ciele

Vaše prírodné riešenia

1.		
2.		
3.		

- 2 Vytvorte si váš denný wellness plán.**

Vyberte si riešenia, ktoré ste identifikovali vyššie, a zavedte ich do svojho každodenného plánu.

RÁNO	POOBED	VEČER
Každodenné wellness návyky ☐ Balík celoživotnej vitality dōTERRA  ☐ kadidlo  ☐ ZenGest TerraZyme™  ☐ dōTERRA On Guard™ ☐ citrón	☐ ZenGest TerraZyme™  ☐ dōTERRA Balance™  ☐ Balík celoživotnej vitality dōTERRA   = lokálne  = s jedlom	☐ ZenGest TerraZyme™  ☐ PB Assist+™  ☐ levanduľa 

- 3 Aké iné rozhodnutia vám pomôžu podporiť vaše ciele?** (napr. piť viac vody, spánok, pohyb, úprava stravy a pod.)

- 4 Žite lepšie s prírodnými riešeniami.**

Vytvorte si 90-dňový wellness plán tak, že si k LRP objednávkam pridáte potrebný produkt (odporúčame, aby ste ju spracovali od 5. do 15. dňa v mesiaci).

LRP - 1. MESIAC	dátum: /	LRP - 2. MESIAC	dátum: /	LRP - 3. MESIAC	dátum: /
CELKOVÉ PV		CELKOVÉ PV		CELKOVÉ PV	

Začíname

SAMOSTATNÉ OLEJE

- **tuja** Výrazné čistiace a očišťujúce účinky
- **bazalka** Udržiava čistý a zdravý vzhľad pokožky
- **bergamot** Upokojujúce a utišujúce účinky pri lokálnom použití
- **čierne korenie** Zvýrazňuje chuť jedál
- **kardamón** Chutné korenie do jedál na varenie a pečenie
- **cédrové drevo** Na čistú a zdravo vyzerajúcu pokožku, ak sa rozriedi a nanesie lokálne
- **koriandrová vňať** Dodáva jedlu čerstvú a lahodnú príchuť, utišuje a ochladzuje pokožku
- **škoric** Silné, sladké korenie na dochucovanie jedál; pridajte do vody na klokanie a vypláchnutie úst
- **šalvia** Na zdravo vyzerajúce vlasy a pokožku hlavy
- **klinček** Na varenie; pomáha čistiť zuby a ďasná
- **kopaiva** Na hladkú a čistú pokožku
- **koriandrové semienko** Lhké a kvetinové dochucovadlo jedál; lokálnym nanesením si udržíte čistú pokožku
- **cyprus** Pomáha zlepšiť vzhľad mastnej pokožky
- **eukalyptus** Nanesením na pokožku a na vlasy dosiahnete oživujúci účinok
- **fenikel** Výrazná aróma a chuť sladkého drierka; pridajte do vody alebo do čaju
- **kadidlo** Vyvoláva pocity uvoľnenosti, pri lokálnom použití znižuje výskyt kožných nedokonalostí
- **muškát** Na čistú a zdravo vyzerajúcu pokožku
- **závor** Po zriedení a lokálnom nanesení má teplé a utišujúce vlastnosti
- **grapefruit** Ostrá a kyslá chuť; zlepšuje náladu
- **slamienka** Zlepšuje vzhľad pokožky
- **jazmín Touch** Zlepšuje náladu; na zdravú pokožku a príjemnú telesnú vôňu
- **borievka** Má upokojujúcu arómu; pôsobí ako prírodné pletové tonikum
- **levandula** Upokojuje občasné podráždenia pokožky; jej aróma má utišujúce účinky
- **citrón** Dochucovadlo; na pozitívnu náladu, ak sa nanesie lokálne
- **citrónová tráva** Jemná citrusová aróma, účinné pletové tonikum
- **limetka** Zvýrazňuje chuť jedál; pozitívne vplýva na náladu, ak sa nanesie lokálne
- **majorán** Dochucovadlo; utišujúci, pozitívny účinok po vnútornom použití
- **čajovník** Očisťuje; pomáha pokožke; na zdravú pleť
- **melissa** Zmierňuje napätie a nervozitu

- **myrha** Čistiace vlastnosti; upokojuje pokožku; podporuje emocionálnu rovnováhu
- **oregáno** Korenistá, bylinková príchuť do jedál
- **pačuli** Na hladkú, lesklú pokožku po nanesení na kožu; znižuje výskyt kožných nedokonalostí
- **mäta pieporná** Po vnútornom použití zmierňuje občasné žalúdočné ťažkosti; osviežujúca; výrazné dochucovadlo
- **rumanček rímsky** Na upokojenie pokožky, duše a tela
- **rozmarín** Bylinková príchuť do jedál; upokojujúci a povznášajúci
- **ruža Touch** Upokojujúca; pomáha pokožke, zlepšuje sebedomie a náladu
- **santalové drevo** Pomáha pokožke, vlasom a zlepšuje náladu
- **sibírska jedľa** Vyvažuje emócie
- **tymián** Dochucovadlo; na čistenie a očistenie pokožky
- **vetiver** Na pokoj a rozvahy
- **divoký pomaranč** Povznáša telo aj ducha
- **gaultéria** Na upokojujúcu masáž po cvičení
- **ylang-ylang** Zlepšuje vzhľad zdravej pokožky a vlasov, ak ho nanesiete lokálne; zlepšuje náladu

PATENTOVANÉ ZMESI OLEJOV

- **dōTERRA Air™** Upokojuje zmysly
- **AromaTouch™** Po lokálnom nanesení napomáha relaxácii a uvoľňuje napätie
- **dōTERRA Balance™** Na dosiahnutie rovnováhy a pozitívne myslenie
- **Citrus Bliss™** Posilňuje; zlepšuje náladu; znižuje stres
- **ClaryCalm™** Má upokojujúci a utišujúci účinok
- **DDR Prime™** Na celkovú wellness
- **Deep Blue™** Po lokálnom nanesení poskytuje úľavu a ochladenie
- **Elevation** Zmierňuje pocity stresu; zlepšuje náladu; naplňa energiou a radosťou
- **InTune™** Napomáha sústredeniu, koncentrácii, pozornosti, jasnosti mysle a zlepšuje náladu
- **dōTERRA On Guard™** Podporuje prirodzenú obranu tela
- **PastTense™** Napomáha relaxácii
- **Sallubelle™** Na zdravú pokožku a omladzovanie
- **dōTERRA Serenity™** Na relaxáciu a upokojenie; na podporu spánku
- **Smart & Sassy™** Vyvoláva pozitívnu náladu; prináša osviežujúci vánok
- **TerraShield™** Vonkajšia ochrana; podpora zdravých hraníc

- **TriEase™** Rovnomerná zmes esenciálnych olejov z citrónu, levandule a mäty v gélovej kapsule; vhodná na použitie pri cestovaní alebo na podujatiach v prírode
- **Zendocrine™** Pridajte do citrusových nápojov, čajov alebo do vody
- **ZenGest™** Tíši občasné žalúdočné ťažkosti
- **Kolekcia na jogu** Zvyšuje účinnosť cvičenia jogy; napomáha sebedomiu

WELLNESS

- **Deep Blue™ polyfenolový komplex** Utišujúca zmes obsahujúca esenciálny olej Deep Blue™
- **Frakcionovaný kokosový olej** Na pomoc pri riedení a zvlhčovaní pokožky
- **Balík celoživotnej vitality dōTERRA** Doplnok stravy
- **Fytoestrogén celoživotný komplex** Zmes štandardizovaných rastlinných fytoestrogénov a extraktov z nespracovaných potravín
- **Zendocrine™ komplex** Patentovaná zmes esenciálnych olejov z mandarínky, rozmarínu, muškátu, borievky a koriandrovej vňate

SPA

- **Correct-X™** Chráni a hydratuje pokožku; utišuje ju a napomáha jej regenerácii po strese
- **dōTERRA™ Spa mlieko na telo a ruky** Základné telové mlieko, do ktorého sa pridávajú oleje
- **HD Clear™ starostlivosť o pleť** Mlieko a gél na tvár
- **dōTERRA Salon Essentials™** Ochranný šampón a zvláčňujúci kondicionér

BEŽNÁ STAROSTLIVOSŤ

- **Cukríky dōTERRA Air™** Uvoľňuje dýchacie cesty; celkovo napomáha dýchaniu
- **Deep Blue™ mlieko** Upokojujúce mlieko
- **Zubná pasta dōTERRA On Guard™** Prírodná bieliaca pasta
- **Cukríky dōTERRA On Guard™** Zdravá imunita
- **Penivé mydlo na ruky dōTERRA On Guard™** Bezpečný a účinný čistiaci prostriedok
- **Difúzery Lumo/Lotus/Petal** Na aromatické použitie
- **Vegetariánske kapsuly** Prázdne gélové kapsuly

Tiež dostupné ako: guľôčky gélové kapsuly

Vernostné odmeny Najvýhodnejší spôsob nákupu

Kedykoľvek chcete, môžete si urobiť štandardnú veľkoobchodnú objednávku s 25-percentnou zľavou z maloobchodnej ceny, ale ak chcete nakupovať čo najvýhodnejšie, vytvorte si objednávku LRP (program vernostných odmien), čím ušetríte ešte viac a môžete získať aj produkt zdarma.



Kúpte si jeden Balík celoživotnej vitality dōTERRA

+ vyberte si až 2 ďalšie doplnky výživy za zníženú cenu



Mito2Max™
43,50 €
29,00 €* / 8 PV



Deep Blue™
polyfenolový komplex
54,00 €
29,00 €* / 8 PV

*ceny sú bez DPH

NAJČASTEJŠIE OTÁZKY O PROGRAME VERNOSTNÝCH ODMIEN

Ako si vytvorím alebo zmením objednávku LRP?

- Prihláste sa na stránke mydoterra.com. Kliknite na možnosť „Vytvoriť novú šablónu LRP“ alebo upravte položky v existujúcej LRP objednávke.

Ako si zruším objednávku LRP?

- Objednávku LRP môžete kedykoľvek zrušiť telefonicky alebo zaslaním e-mailu na adresu zakaznicky servis@doterra.com. Zákaznícky servis dōTERRA vám pomôže s uplatnením prípadných produktových bodov, ktoré ste nazbierali. Ak si zrušíte LRP objednávku, po opätovnom obnovení nákupov cez LRP začnete opäť na 10-percentnej úrovni zbierania bodov.

Čo ak chcem produkt vrátiť?

- dōTERRA refunduje 90 percent nákupnej ceny, ak sú produkty otvorené alebo použité a 100 percent nákupnej ceny, ak produkty nie sú otvorené do 30 dní od nákupu.

Môžem mať viac ako jednu objednávku LRP?

- Áno. Ak chcete mať viac ako jednu mesačnú objednávku, stačí si zmeniť LRP šablónu a opäť si ju dať spracovať ihneď v inom čase v mesiaci. Môžete si nastaviť ľubovoľný počet LRP objednávok.

Nezabudnite si zrušiť tie objednávky, ktoré nechcete nasledujúci mesiac opäť dostať.

Kedy môžem využiť produktové body?

- Produktové body si môžete uplatniť jeden rok od ich získania.

Ako dosiahnem 100-percentnú kompenzáciu poštovného?

- 50 percent poštovného vám vrátime v podobe produktových bodov, ak uskutočnite objednávku LRP. Zvyšných 50 percent vám vrátime v podobe produktových bodov, ak bude objednávka LRP spracovaná online bez kontaktovania zákazníckeho servisu.

Ako vyťažím maximum zo špeciálnych ponúk od spoločnosti dōTERRA?

- Urobte si objednávku LRP za aspoň 125 PV od 2. do 15. dňa v mesiaci. Tak získate možnosť dostať produkt mesiaca zdarma a využiť ostatné akcie. Sledujte si hodnotu PV a nie cenu, keďže veľa špeciálnych ponúk súvisí od PV a začína 1. dňa v mesiaci.

PRODUKTOVÝ OBJEM (PV) MUSÍ PRESIAHNUŤ	1	50	100	125
Na udržanie LRP bodov	✓	✓	✓	✓
Na získanie 10 až 30% úrovne zbierania bodov a je zvýšenia		✓	✓	✓
Na kvalifikovanie sa na provízie			✓	✓
Na získanie produktu mesiaca zdarma (pre objednávky spracované od 1. do 15. mesiaca)				✓

Ako získam späť 30 percent v podobe BEZPLATNÝCH produktových bodov?

- Váš percentuálny podiel odmien za vernosť priebežne rastie od prvého mesiaca od vašej registrácie.
- Váš začiatkový percentuálny podiel závisí od vášho registračného balíčka. Bez ohľadu na to s akou percentuálnou úrovňou začínate, bude sa vám zvyšovať o 5 percent každé 3 mesiace, až kým nedosiahnete maximálnu úroveň LRP bodov v hodnote 30 percent.

Ako si uplatním svoje produktové body z vernostného programu?

- Vo virtuálnom nákupnom košíku vyberte možnosť „Použiť body“ pri produktoch, na ktoré chcete uplatniť svoje body z vernostného programu. Nové body za vašu objednávku sa pridávajú 15. deň nasledujúceho mesiaca po jej spracovaní.

ZÍSKAJTE AŽ 30 % V PODOBE BEZPLATNÝCH PRODUKTOVÝCH BODOV
Vaša percentuálna úroveň sa priebežne zvyšuje.

25% VEĽKOOBCHODNÁ ZĽAVA

PERCENTUÁLNA ÚROVEŇ ZBIERANIA BODOV:

10%

1. až 3. mesiac

15%

4. až 6. mesiac

20%

7. až 9. mesiac

25%

10. až 12. mesiac

30%

13 a viac mesiacov

CELKOVÁ ÚSPORA A KREDIT:

35%

40%

45%

50%

55%



ZÁKLADNÉ TIPY

Účinnosť

-  Pomocou referenčnej príručky nájdete riešenia akýchkoľvek problémov.
-  Na rôznych ľudí zaberajú rôzne oleje. Ak sa nedostavujú požadované výsledky, vyskúšajte iné oleje alebo iné spôsoby aplikácie.
-  Masírovaním zvýšite účinky a podporíte rýchle vstrebávanie.
-  Oleje nanášajte pod jazyk, na spodnú stranu chodidiel, na chrbticu alebo do oblasti pupku.

Bezpečnosť

-  Vyhýbajte sa kontaktu s očami, vnútornou časťou nosa a ucha.
-  Zriedte s frakcionovaným kokosovým olejom pre citlivú pokožku a lepšie vstrebávanie. Prečítajte si pokyny spoločnosti dōTERRA o citlivosti. Z praktických dôvodov má rada dōTERRA Touch™ oleje, ktoré už sú vopred zriedené.
-  Po lokálnom nanosení citrónu, divokého pomaranča, bergamotu, limety a grapefruitu či iných citrusových olejov sa vyhnite slnečnému žiareniu až po dobu 12 hodín.
-  Prečítajte si etikety a sledujte odporúčania.

Osvedčené postupy

-  Svoje oleje si udržiavajte v najlepšom stave tak, že ich nebudete vystavovať extrémnym teplotám alebo priamemu slnečnému žiareniu.
-  Oleje používajte v sklenených nádobách, keďže plastové nádoby by sa mohli časom rozložiť.
-  Oleje dōTERRA™ sú veľmi silné. Ak chcete dosiahnuť čo najlepšie výsledky, používajte ich v menšom množstve a častejšie.

Ďalšie informácie

Členské č. _____

Heslo _____

Prihláste sa na stránke mydoterra.com



Séria Empowered Life

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

Pozrite si túto sériu webinárov, aby ste zistili, akým spôsobom môžete použiť produkty spoločnosti dōTERRA.



Prihláste sa na odber dōTERRA Daily Drop®

emailovej série o životnom štýle na doterra.com v časti Living alebo si stiahnite túto aplikáciu.



Ďalšie informácie a skvelé nápady:
• doterrablog.com/doterra-living



Získajte referenčnú príručku alebo mobilnú aplikáciu o olejoch

Vaša hlavná podpora _____

Telefón _____

Email _____

Iná podpora _____

Telefón _____

Email _____

Nadchádzajúce lokálne či webové kurzy a podujatia

- Email: zakaznicky servis@doterra.com
- Slovenčina: +421 233056269
- Veľká Británia: +44 (0)1480 433444
- Americký kontinent: +1 800-411-8151
- Austrália: +61 (02) 8006-4854

Viac informácií získate na: doterraeveryday.eu/contact.

Tímový hovor/webová stránka/skupiny na Facebooku

KAŽDÁ FLAŠTIČKA PRINÁŠA ZMENU

Pravidelným používaním produktov spoločnosti dōTERRA zmeníte život sebe, ako aj pestovateľom a ich rodinám po celom svete. Za každou kvapkou oleja sa skrývajú ruky, ktoré starostlivo obrábali pôdu, aby sme jej plody mohli využívať my všetci.

PODEĽTE SA SO SVOJIMI NAJBĽIŽŠÍMI



ZMEŇTE ŽIVOTY DRUHÝM
Usporiadajte prednášku o spoločnosti dōTERRA pre vašich priateľov a príbuzných!

ZABEZPEČTE SI PRÍJEM A ZANECHAJTE PO SEBE STOPU



ZMEŇTE SI BUDÚCNOSŤ
Začnite podnikat' so spoločnosťou dōTERRA tým, že budete zdieľať a podporovať prírodné riešenia a učiť druhých, aby robili to isté.

