

dōTERRA™

Vivre en bonne
santé peut être

Simple



ō

découvrez

DES SOLUTIONS TESTÉES, ABORDABLES ET EFFICACES !

Les huiles essentielles sont extraites à partir de différentes parties des plantes et sont 50 à 70 fois plus puissantes que ces dernières.



Les huiles essentielles ont fourni des solutions simples et puissantes à travers les siècles.



1 GOUTTE = 28 TASSES

DÉCOUVREZ LA QUALITÉ CPTG CERTIFIED PURE TESTED GRADE™ DE dōTERRA

PUISSANTE



Cultivée et
récoltée dans la
région idéale

PURE



Des tests
approfondis
réalisés par des tiers

TESTÉE



Aucun additif
ni contaminant
étranger

3 UTILISATIONS FACILES

AROMATIQUE



Inhalez ou
utilisez un
diffuseur

LOCALE



Appliquez sur la plante
des pieds ou à d'autres
endroits précis

INTERNE



Une goutte sous la
langue, en gélule,
ou avec de l'eau



profitez D'UN SOUTIEN DIGESTIF SIMPLE

Le mélange digestif ZenGest™ est réputé pour sa capacité à apaiser les maux de ventre occasionnels, en associant les bienfaits des huiles essentielles de Gingembre, Menthe poivrée, Carvi, Coriandre (graines), Anis, Estragon et Fenouil.

« Depuis des années, ZenGest™ m'aide, ainsi que mes enfants, à avoir une digestion saine. Des recherches ont indiqué que l'estomac et les intestins sont le deuxième cerveau, c'est pour cette raison que cette association unique d'huiles essentielles apporte un peu de « zen » dans votre cœur et votre esprit. »

- Monica Hsiung



ÉNERGIE ET VITALITÉ

dōTERRA Smart & Sassy™ est un mélange exclusif d'huiles essentielles de Pamplemousse, Citron, Menthe poivrée, Gingembre et Cannelle pour vous aider à gérer vos fringales et apaiser l'estomac.

« Pour moi, il est important d'avoir toujours l'air au top. Afin d'être cohérente, j'ai décidé d'utiliser Smart & Sassy™ ces trois derniers mois. Et maintenant, j'ai l'air bien et je me sens bien ! »

- Allyse Sedivy





UN BIEN-ÊTRE
simple

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Deep Blue™ apporte un soutien réconfortant aux zones sensibles en vous procurant une sensation naturelle à la fois rafraîchissante et réchauffante.

*« Deep Blue est mon meilleur ami.
J'utilise Deep Blue en massage
pour aider à la récupération après
l'entraînement. »*

- Tim Hightower
Joueur de football américain de la NFL





UN *sommeil* SIMPLE

« La qualité de notre sommeil est souvent négligée, mais la recherche médicale est claire : un sommeil profond et réparateur est essentiel à notre santé émotionnelle et physique. Les huiles essentielles dōTERRA, telles que Lavande et dōTERRA Serenity™, peuvent aider à réduire la tension et les émotions stressantes, pour favoriser un sommeil réparateur de manière naturelle et sûre. »

- Dr. Robin Fawcett

Médecin généraliste et conférencière internationale sur TEDx

dōTERRA Serenity favorise une relaxation profonde et un sommeil réparateur.



SOINS PERSONNELS

« En tant que maman de sept enfants vifs d'esprit, il est facile de se sentir épuisée. À la fin d'une longue journée, je mets quelques gouttes d'huile essentielle AromaTouch™ sur ma nuque et mes épaules pour me détendre avant de me coucher (certaines personnes appellent cela un massage en bouteille). Avec dōTERRA, les soins personnels sont faciles et efficaces et me laissent le loisir de prendre soin de moi et de ma famille. »

- Natalie Goddard



AromaTouch™ peut être massé sur la nuque et les épaules afin de procurer un sentiment de détente et de calme.





« L'huile essentielle On Guard™ est la meilleure amie des mamans ! Je garde un petit verre près de l'évier de la cuisine pour me rappeler de me gargariser et d'avaler une goutte d'huile essentielle On Guard afin de soutenir ma fonction immunitaire, apaiser ma gorge sèche et irritée, et me protéger des menaces environnementales tous les jours. Je la diffuse également chez moi en hiver pour une protection accrue. »

- Natalie Rigby

SOUTIEN DU SYSTÈME IMMUNITAIRE

dōTERRA On Guard™ est une alternative efficace aux options synthétiques pour renforcer le système immunitaire et se protéger contre les menaces environnementales.



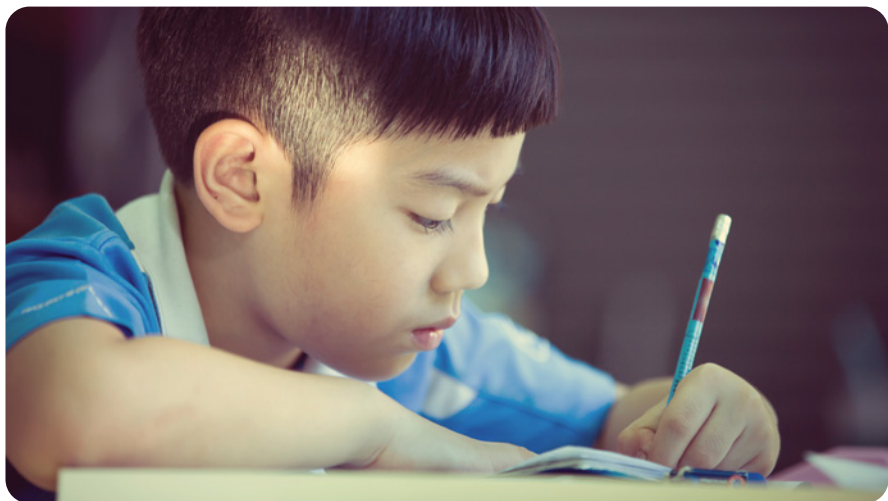
UN MÉNAGE ÉCOLOGIQUE *simple*

« Fini la lecture d'étiquettes au supermarché ! J'aime nettoyer mes vêtements, ma maison et mes mains avec les produits nettoyants non toxiques et à base de plantes On Guard™ de dōTERRA. Ils sont super efficaces, et mieux encore, je n'ai pas à compromettre la santé de ma famille et je n'amplifie pas la charge toxique de l'environnement ! »

- Betty Torres



Les produits nettoyants dōTERRA On Guard™ sont des solutions non toxiques pour faire le ménage dans votre maison.



UNE *concentration* SIMPLE

« En tant que professionnelle dans le domaine de la santé mentale, j'ai constaté que le mélange d'huiles essentielles InTune™ aidait de nombreux enfants à se concentrer et être attentifs à l'école. Même les enseignants remarquent ce changement de comportement notable et demandent aux enfants ce qu'ils ont fait ! En tant que doctorante, j'applique ce mélange dès que je m'assois pour étudier. Cela éclaircit mon esprit, accroît ma concentration et m'aide à accomplir mes tâches. »

- Danielle Daniel



InTune™ améliore et stimule la concentration et la lucidité.

RELAXATION ET DÉTENTE

« J'adore appliquer PastTense™ sur ma nuque et mes épaules. Cela m'aide à me détendre et me donne un regain d'énergie, surtout en fin de journée lorsque j'en ai le plus besoin ! C'est mon mélange de prédilection dans les rares occasions où j'ai des douleurs ou des tensions dans le bas du dos. PastTense™ est un des mélanges sans lequel je ne peux pas quitter la maison ! Je constate que si je n'ai pas besoin de l'utiliser pendant une journée, soit je suis avec, ou je rencontre une personne qui en a VRAIMENT besoin. Donc je suis toujours prête ! »

- Zia Nix



PastTense™ favorise
l'ancrage et l'équilibre
émotionnel.



SOUTIEN QUOTIDIEN

« J'ai pris de nombreux compléments alimentaires au cours de ma vie, la plupart ne m'ont apporté que peu de changement ou d'amélioration. Le troisième jour après avoir commencé à utiliser le Lifelong Vitality Pack™ de dōTERRA, ma vie a changé. J'ai de l'énergie, de la vitalité, de l'endurance et bien plus encore ! Maintenant, j'arrive à suivre le rythme de mes huit garçons. Le corps humain réagit de façon extraordinaire lorsqu'on lui donne les éléments nutritifs dont il a besoin ! »

- Justin Harrison



Le Lifelong Vitality Pack™ de dōTERRA est un trio de compléments alimentaires puissants : vitamines, minéraux, omégas et soutien cellulaire infusés aux huiles essentielles, qui constituent le fondement de l'équilibre quotidien de l'énergie et de l'humeur.

Souvent appelé « Roi des huiles essentielles », l'Encens est une de ces huiles essentielles indispensables dans chaque maison grâce à la diversité de ses utilisations bienfaites.



se sentir bien !





UN *soutien* SIMPLE

FEMMES

ClaryCalm™ est sans aucun doute le meilleur mélange d'huiles essentielles pour la semaine de vos règles. Ce mélange est conçu spécialement pour les femmes qui ont besoin de réconfort.



DEVENIR PARENT

« Le dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ peut être une aide pendant la grossesse. Comme c'est un complément constitué d'aliments complets, votre corps sait exactement quoi faire avec les nutriments. Lorsque vous êtes sur le point d'accoucher, je vous conseille de glisser deux huiles dans votre sac de naissance : Orange douce et dōTERRA Balance™. Ces deux huiles sont incroyables pour apaiser l'anxiété. »

- Stephanie Fritz



dōTERRA Balance™ favorise un sentiment de relaxation complet du corps ainsi qu'un sentiment de tranquillité pour toutes les étapes de la vie.

SOUTIEN SAISONNIER

« J'adore les fleurs de printemps et le beau temps, mais les changements saisonniers minent souvent mon humeur. J'aime utiliser trois produits puissants pour m'aider à maintenir une sensation de dégagement des voies respiratoires : une gélule de dōTERRA TriEase™ dans la matinée, un petit peu de dōTERRA Air™ sous le nez pendant la journée, et l'huile essentielle d'Eucalyptus en diffusion dans la soirée. »

Christa Dietzen – Capitaine de l'équipe olympique féminine de volleyball des États-Unis



RÉPULSIF PLEIN AIR

Terrashield™ est un excellent mélange protecteur qui tient à distance les menaces de la nature, afin que vous puissiez profiter de vos activités en plein air. Purify est le mélange idéal à glisser dans votre sac à dos de randonnée pour apaiser votre peau.



PROFITEZ DE LA VIE
au grand air !

Utilisées ensemble, les huiles essentielles de Citron, Lavande et Menthe poivrée protègent contre les éléments saisonniers et favorisent une respiration aisée et tranquille.





voyage



« Nous ne voyageons jamais sans Menthe poivrée, dōTERRA On Guard™, et ZenGest™. Grâce à dōTERRA, nous avons profité de 3 mois de voyage en bonne santé en Europe en prenant le métro, les trains et les bus et en buvant de l'eau du robinet partout où nous sommes allés. Voyager est plus amusant et moins stressant avec nos huiles essentielles. »

- Matthew Anderson

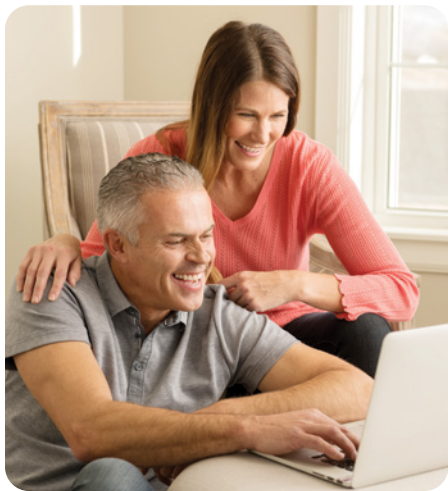
La Menthe poivrée peut donner un coup de fouet rafraîchissant lorsque vous vous sentez à court d'énergie pendant vos voyages.

A vibrant, warm-toned photograph of a person running on a sandy beach, splashing water. A small, light-colored dog is running alongside them. The background is a bright, hazy sky. The overall mood is joyful and carefree.

S'amuser AU SOLEIL !

« Passer du temps pour moi dans la nature me redonne de l'énergie, et je ne quitte jamais la maison sans mon spray à base d'eau et de Menthe poivrée. En plus d'être un répulsif naturel contre les insectes, la brume à la Menthe poivrée me rafraîchit à la plage ou en randonnée. Un autre de mes secrets est la Lavande. Non seulement elle apaise ma peau gorgée de soleil, mais elle me calme aussi pendant mon rituel de soin personnel : la respiration profonde en pleine nature. Utilisez les deux pour un calme énergisant qui pourra élever votre humeur lors d'une journée de divertissement en plein air. »

- Mariza Snyder



SOUTIEN ÉNERGÉTIQUE

« L'exercice joue un rôle clé dans ma journée, mais j'ai également besoin d'énergie pour travailler.

Mito2Max™ est mon apport énergétique quotidien qui me permet de rester dynamique. »

- Jessica Moultrie

Mito2Max™ soutient naturellement la production d'énergie, la capacité aérobie et l'endurance.

Ajoutez une goutte d'Orange douce et de Menthe poivrée dans votre diffuseur pour récupérer de l'énergie dans l'après-midi.



IMAGINEZ VOTRE VIE *maîtrisée*

Il y a tellement de possibilités à votre disposition lorsque vous utilisez les solutions dōTERRA. Vivre une vie saine peut vraiment être simple.



Contactez la personne qui vous a remis ce guide pour en savoir plus.

découvrez

LES HUILES ESSENTIELLES dōTERRA

Huile essentielle : _____

Soutient : _____

Comment l'utiliser : _____

Huile essentielle : _____

Soutient : _____

Comment l'utiliser : _____

REMARQUE : Diluer pour éviter toute sensibilité. Ne pas utiliser dans les yeux ou les oreilles.

JE SUIS LÀ POUR ACCOMPAGNER VOTRE

SANTÉ EN TOUTE *simplicité*

Nom: _____

Téléphone : _____

Site Web : _____

E-mail : _____



UK Office, Altius House, 1 North Fourth Street, Milton Keynes, MK9 1DG, Royaume-Uni
© 2020 dōTERRA Holdings, LLC, 389 S 1300 W St. Pleasant Grove, UT 84062 • dōTERRA.com

Tous droits réservés. Tous les termes portant une marque commerciale ou un symbole de marque déposée sont des marques commerciales ou marques déposées de dōTERRA Holdings, LLC.

v2

EU FR 60205284

