



OLEJKI ETERYCZNE

PRZEWODNIK DLA POCZĄTKUJĄCYCH

**Wsparcie dla kobiet na całym świecie
w zapewnianiu naturalnych rozwiązań
dla ich rodzin i bliskich.**

JUSTYNA SZNABEL | ODDECH ODNOWA



SPIS TREŚCI

Wstęp do olejków 03

Jakość olejków eterycznych 04

Sposoby użycia 05-06

Przepisy 07-10

Oleje bazowe 11

Najczęstsze dolegliwości 12-18

Misja doTERRA 19-20

Kontakt 21



WSTĘP

Olejki eteryczne to ekstrahowane lotne związki aromatyczne znajdujące się w liściach, korze, kwiatach, łodygach, korzeniach, żywicy, nasionach i rdzeniu rośliny. Zapewniają jej ochronę przed drapieżnikami i zagrożeniami środowiska.

Kiedy stosujesz olejek na skórę, używasz aromaterapeutycznie i wewnętrznie, zostaje on wchłonięty bezpośrednio do krwioobiegu, przekracza barierę krwi-mózg i przenika przez błonę komórkową.

**Olejki eteryczne zapewniają
Tobie i Twojej rodzinie
naturalne rozwiązania
na codzienne problemy.
To idealny towarzysz do
zazieleniania Twojego domu
i zmniejszania toksycznego
obciążenia w Twoim
otoczeniu.**

Olejki eteryczne potrafią:

- Wspierają układ odpornościowy
- Promują lepszą jakość snu
- Zapewniają obronę przed sezonowymi zagrożeniami środowiskowa
- Zmniejszają smutek i niepokój
- Wspomagają układ oddechowy
- Łagodzą sporadyczne dolegliwości żołądkowe i wspomagają trawienie
- Łagodzą napięcie mięśni i stawów po ćwiczeniach

JAKOŚĆ OLEJKÓW

NIE WSZYSTKIE OLEJKI SĄ TAKIE SAME

wybierz czystość

Używając olejków, które zawierają sztuczne dodatki, narażasz się na szkodliwe działanie i niepożądane reakcje organizmu, takie jak zatrucie, wysypka czy podrażnienia skóry.



dōTERRA stworzyła własny, rygorystyczny standard kontroli jakości **CPTG (Certified Pure Therapeutic Grade)**, aby zagwarantować czystość i skuteczność terapeutycznej mocy olejków

W branży olejków eterycznych nie ma przepisów dotyczących etykietowania. Olejek eteryczny oznaczony „100% naturalny” często składa się z syntetycznych substancji zapachowych i wypełniaczy, co oznacza, że ma zero korzyści terapeutycznych.

ŹRÓDŁA

Zakupuj olejki od firm, które zobowiązują się do pozyskiwania surowców z lokalizacji, w których roślina rośnie naturalnie, w optymalnym dla siebie środowisku. W takich miejscach rolnicy nie muszą używać toksycznych chemikaliów, które z kolei zmieniają składniki chemiczne rośliny.

TESTOWANIE

Zakupuj od firmy zaangażowanej w testy każdej partii olejku eterycznego, aby poświadczyć jego czystość i moc. Upewnij się, że są bezpieczne widząc wyniki testów.

Zobacz wyniki testów olejków dōTERRA na sourcetoyou.com

4 SPOSOBY UŻYWANIA



1. AROMATYCZNIE

Dodaj kroplę olejku na dłoń, potrzyj ręce i wdychaj lub dodaj kilka kropli do dyfuzora.

- **Poprawia nastrój**
- **Oczyszcza powietrze**
- **Otwiera drogi oddechowe**
- **Wspomaga układ odpornościowy**

Dyfuzor rozprasza olejek eteryczny w powietrzu, oczyszcza i poprawia nastrój dzięki składnikom, które unoszone są w pomieszczeniu.

2. ZEWNĘTRZNIE

Nałóż 1-2 krople na spody stóp, na wewnętrzną stronę nadgarstka lub na obszar ciała, którym chcesz się zaopiekować.

- **Łagodzi podrażnienia skóry**
- **Łagodzi bóle mięśni i stawów**
- **Wspomaga układ odpornościowy**
- **Poprawia nastrój**

Do nakładania na skórę używaj **oleju nośnikowego**, takiego jak frakcjonowany olej kokosowy czy olejek migdałowy. Stanowią idealną bazę i pomogą zredukować wrażliwość skóry. Olejki cytrusowe są światłoczułe – unikaj bezpośredniego światła słonecznego przez 6 godzin po zastosowaniu.



4 SPOSOBY UŻYWANIA



4.EKOLOGICZNIE

Użyj olejków eterycznych, aby stworzyć nietoksyczne i tanie środki czystości do każdego pomieszczenia w Twoim domu. Twórz produkty wolne od chemii dla Twoich dzieci i skuteczne kosmetyki DIY dla siebie.

- **Olejek cytrynowy** jest najbardziej uniwersalnym olejkiem do czyszczenia. Jedna kropla usuwa lekkie pozostałości z etykiet i naklejek!
- Dołącz olejki eteryczne do swojej **apteczki**. Jedna kropla **lawendy** może zdezynfekować zadrapanie, zmniejszyć krwawienie i ukoić emocje dziecka.
- Wiele olejków eterycznych ma właściwości przeciwstarzeniowe, czyniąc je idealnym towarzyszem dla Twojego reżimu **pielęgnacji urody**. Dodaj kroplę drzewa herbacianego do Twojego żelu do mycia twarzy dla cery trądzikowej.

3.WEWNĘTRZNIE

Dodaj kroplę do szklanki wody, pustej kapsułki, pod język lub w ulubionym przepisie.

- **Wspomaga trawienie**
- **Wspomaga układ odpornościowy**
- **Ogólne wsparcie ciała**
- **Jako przyprawa**

Dzienny limit stosowania olejków do użytku wewnętrznego to 24 krople.

Olejki eteryczne rozkładają tworzywa sztuczne - upewnij się, że używasz szklanych pojemników do ich przechowywania.

Olejki z certyfikatem jakości CPTG są bezpieczne do spożycia.*



NATURALNE ŚRODKI CZYSTOŚCI

UNIWERSALNY ŚRODEK CZYSZCZĄCY

- 20 kropli olejku lemon
- 5 kropli olejku peppermint
- 1 kropla płynu do naczyń
- 500 ml wody

Dodaj do szklanej butelki z rozpylaczem + przed użyciem wstrząśnij.

PŁYN DO SZYB

- 10 kropli olejku lemon
- 2 łyżki octu
- 2 łyżki alkoholu do nacierania
- 500 ml wody

Dodaj do szklanej butelki z rozpylaczem + przed użyciem wstrząśnij

PASTA DO ZLEWOZMYWAKÓW KUCHENNYCH

- 1 szklanka sody oczyszczonej
 - 10 kropli olejku wild orange
- W razie potrzeby wymieszaj z wodą, aby uzyskać pastę i wyszoruj zlew.
- Przechowuj w zamkniętym, szklanym słoiku.

ODPLAMIACZ DO PRANIA

- 1 szklanka octu
- 15 kropli olejku lemon
- 15 kropli olejku drzewa herbacianego
- 500 ml wody

Dodaj do szklanej butelki z rozpylaczem + spryskaj plamę przed praniem.

TABLETKI DO ZMYWARKI

- 1 kubek boraksu
- 1 kubek sody kalcywowanej
- 1/2 kubka soli (gruboziarnistej lub morskiej)
- 1/2 kubka kwasu cytrynowego
- 10 kropli olejku eterycznego cytrynowy/grapefruit

Mieszamy, ubijamy w foremce do lodów, dajemy wyschnąć przez noc. Trzymamy w szczelnym pojemniku.



PRZEPISY DLA DZIECI I NIEMOWLĄT



"OJOJOJ" MIESZANKA DLA DZIECI

10 kropli olejku kadzidla

10 kropli olejku lawendy

10 kropli olejku drzewa herbacianego

60 ml oczaru wirginijskiego

Dodaj do butelki ze spryskiwaczem + wstrząśnij przed użyciem i spryskaj zranione miejsce na skórze. Można stosować także na wysypkę pieluszkową.

SPRAY NA POTWORY SPOD ŁÓŻKA

10 kropli olejku lawendy

10 kropli olejku jagód jałowca

10 kropli olejku wetiwerii

60 ml oczaru wirginijskiego

Dodaj do butelki ze spryskiwaczem i spryskaj poduszkę, pościel oraz podłóżkiem przed snem.

WZMACNIACZ ODPORNOŚCI

8 kropli olejku cytryny

8 kropli olejku oregano

8 kropli olejku lawendy

Dodaj olejki do butelki typu roll-on o pojemności 10 ml i uzupełnij frakcjonowanym olejem kokosowym.

Smaruj podeszwy stóp i wzdłuż kręgosłupa przed szkołą i przed snem.

ZDROWE USZY

8 kropli olejku drzewa herbacianego

8 kropli olejku bazylii

8 kropli olejku lawendy

Dodaj olejki do butelki typu roll-on o pojemności 10 ml i uzupełnij frakcjonowanym olejem kokosowym.

Smaruj wokół ucha kilka razy dziennie, aby ulżyć podczas bólu ucha.

SŁÓDKICH SNÓW

10 kropli olejku lawendy

10 kropli olejku drzewa cedrowego

Dodaj do 10 ml butelki typu roll-on i uzupełnij frakcjonowanym olejem kokosowym. Smaruj spody stóp i wzdłuż kręgosłupa przed snem.



ZADBAJ O SIEBIE - PRZEPISY



SERUM DO SKÓRY

10 kropli olejku kadzidla
10 kropli olejku lawendy
10 kropli olejku copaiba
10 kropli olejku drzewa cedrowego
30 ml oleju bazowego
Stwórz roll-on i używaj podczas
codziennej pielęgnacji. Dopasuj olej
bazowy do swojego rodzaju cery.

NATURALNY PERFUM

10 kropli olejku z pomarańczy
10 kropli olejku mięty zielonej
10 kropli olejku cynamonu
10 kropli olejku grejfruta
Dodaj do butelki o pojemności 10 ml
i napełnij olejem nośnym. Używaj na
nadgarstki i szyję.

MIESZANKA DO RELAKSU

10 kropli olejku bergamotki
10 kropli olejku lawendy
10 kropli olejku limonki
8 kropli olejku drzewa sandałowego
Dodaj do butelki o pojemności 10 ml
i napełnij olejem nośnym. Używaj na
nadgarstki i szyję.

BOMBA NA PRZEZIĘBIENIE

10 kropli olejku cytryny
10 kropli olejku kadzidla
10 kropli olejku oregano
10 kropli mieszanki onguard
10 kropli olejku z drzewa herbacianego
Dodaj do butelki typu roll-on i uzupełnij
olejem bazowym.

SPRAY PO OPALANIU

15 kropli olejku lawendy
15 kropli olejku mięty pieprzowej
1 łyżeczka frakcjonowanego oleju
kokosowego
30 ml oczaru wirginijskiego
Dodaj do butelki z rozpylaczem.
Wstrząśnij przed użyciem.
Używaj w razie potrzeby.



MIESZANKI DO DYFUZORA



SKACZEMY!

- 3 krople limonki
- 2 krople lawendy
- 2 krople mięty pieprzowej

GUMA BALONOWA

- 2 krople z drzewa cedrowego
- 2 krople trawy cytrynowej
- 2 krople słodkiej mięty

SKUP SIĘ!

- 2 krople rozmarynu
- 2 krople cytryny
- 1 kropla mięty pieprzowej
- 1 kropla kadzidla

PACHNĄCA ŁĄKA

- 2 krople drzewa cedrowego
- 2 krople cynamonu
- 2 krople pomarańczy
- 1 kropla kardamonu

BŁOGA MIESZANKA DO SYPIALNI

- 2 krople ylang-ylang
- 2 krople pomarańczy
- 2 krople cyprysu

JESIENNE CUKIERKI

- 4 krople zielonej mandarynki
- 3 krople jodły syberyjskiej
- 2 krople różowego pieprzu

CZAS NA IMPREZKĘ

- 2 krople grejfruta
- 2 krople cytryny
- 2 krople pomarańczy
- 2 krople mięty zielonej

CZYSTA KUCHNIA

- 2 krople mięty zielonej
- 2 krople wintergreen
- 1 kropla drzewa cedrowego

OLEJE BAZOWE



Olejki nośnikowe służą do rozcieńczania i równomiernego rozprowadzania olejków na skórze. Jest to szczególnie ważne dla dzieci, osób starszych i osób o wrażliwej skórze. Jednym z najpopularniejszych olejów nośnikowych jest **frakcjonowany olej kokosowy**. Aby utrzymać olej w stanie płynnym, usunięto białka, dzięki czemu jest **bezwonny, bezbarwny i łatwy w użyciu**. Inne popularne olejki nośnikowe to olejek ze słodkich migdałów, jojoba, nasiona konopi, argan, olej z pestek winogron, awokado i oliwka.

PROPORCJE ROZCIEŃCZANIA

NIEMOWLĘTA

W butelce typu roller o pojemności 5 ml - dodaj 1-3 krople olejku eterycznego.

W 10 ml butelce typu roller - dodaj 2-6 kropli olejku eterycznego.

DZIECI

W butelce typu roller o pojemności 5 ml - dodaj 3-6 kropli olejku eterycznego.

W 10 ml butelce typu roller - dodaj 6-12 kropli olejku eterycznego.

DOROŚLI

W butelce typu roller o pojemności 5 ml - dodaj 8-16 kropli olejku eterycznego.

W 10 ml butelce typu roller - dodaj 16-32 kropli olejku eterycznego.



DOLEGLIWOŚCI

ZAŁECANE OLEJKI + STOSOWANIE

ALERGIE

Lawenda, tuja, cytryna, mięta pieprzowa, wrotycz pospolity, mieszanka Air, mieszanka Purify. Dyfuzuj + stosuj inhalacje.

BEZDECH SENNY

Trawa cytrynowa, mieszanka Air, rozmaryn, tymianek. Dyfuzuj, nałóż na spody stóp.

BIEGUNKA

Mieszanka Digest Zen, koper włoski, imbir. Weź wewnętrznie lub pocieraj brzuch.

BLIZNY

Kadzidło, lawenda, drzewo sandałowe, neroli. Zastosuj na obszarze blizn.

BÓL

Copaiba, kadzidło, jodła syberyjska, wintergreen, mieszanka Deep Blue. Zastosuj na ciało, tam, gdzie odczuwasz ból.

BÓL UCHA

Drzewko herbaciane, bazylia, tymianek, mieszanka On Guard, lawenda. Nakładaj na zewnątrz ucha i w punkty refleksyjne.

BÓL GARDŁA

Drzewko herbaciane, limonka, mieszanka On Guard, tymianek. Nałożyć na szyję + przepłukać gardło wodą z olejkami.

BÓL ZĘBA

Goździk, mieszanka On Guard, drzewko herbaciane, kocanka. Zastosuj w okolicy bólu i na punkty refleksyjne.



DOLEGLIWOŚCI

ZALECANE OLEJKI + STOSOWANIE

BÓLE

Mięta pieprzowa, wintergreen, cyprys, mieszanka Deep Blue. Zastosuj na ciało, tam, gdzie odczuwasz ból.

BRODAWKI

Trawa cytrynowa, kadzidło, tuja, oregano, melisa. Zastosuj miejscowo w razie potrzeby.

CANDIDA/GRZYBY

Tymianek, oregano, tuja, drzewko herbaciane. Nałożyć na brzuch, zażyć kapsułkę.

CHOROBA LOKOMOCYJNA

Mięta pieprzowa, imbir, mieszanka Zen Gest, kasja. Dyfuzuj, nałóż na punkty tętna.

CHRAPANIE

Mięta pieprzowa, mieszanka Air, rozmaryn, daglezja. Dyfuzuj, nałóż na spody stóp.

CZUJNOŚĆ

Mięta pieprzowa, cytryna, rozmaryn, harmonijna mieszanka. Dyfuzuj, zastosuj kilka głębokich oddechów.

GNIEW

Lawenda, mieszanka Balance, mieszanka Serenity, kadzidło. Dyfuzuj, wdychaj, włącz do masażu tyłu szyi.

INFEKCJA

Oregano, drzewko herbaciane, mieszanka On Guard, melisa, cynamon. Dyfuzuj, wsmaruj w plecy, klatkę i stopy. Stosuj w razie potrzeby.

KAC

Geranium, cytryna, mieszanka Digest Zen, mięta pieprzowa. Dyfuzuj lub wypij w szklance wody.



DOLEGLIWOŚCI

ZALECANE OLEJKI + STOSOWANIE

KATAR SIENNY

Mieszanka lawendy, cytryny, mięty pieprzowej. Dyfuzuj, weź wewnętrznie, zastosuj na grzbiet nosa.

KLIMAKTERIUM

Szałwia muskatołowa, mieszanka Clary Calm, tymianek. Aplikować na punkty tętna rano i wieczorem.

KRWAWIENIE

Kocanka, geranium, lawenda, kadzidło. Zastosuj na ciało, tam, gdzie potrzebujesz.

KRWOTOK Z NOSA

Kocanka, lawenda, geranium, mirra. Nałożyć na grzbiet nosa + punkty refleksyjne.

MOCZENIE NOCNE

Cyprys, jagoda jałowca, copaiba, cynamon. Masuj podeszwy stóp przed pójściem spać.

NAPIĘCIE GŁOWY

Mięta pieprzowa, mieszanka Past Tense, kadzidło, copaiba. Nakładaj na skronie + punkty refleksyjne.

NASILAJĄCY SIĘ BÓL

Majeranek, mieszanka Deep Blue, cyprys, lawenda. Wmasuj w obszar, gdzie odczuwasz nasilający się ból.

NIEBEZPIECZEŃSTWO

Lawenda, mieszanka Serenity, mieszanka Balance, kadzidło. Dyfuzuj, wdychaj, włącz do masażu tyłu szyi.

NIESTRAWNOŚĆ

Mieszanka Digest Zen, koper włoski, imbir. Weź wewnętrznie lub wcieraj w brzuch.



DOLEGLIWOŚCI

ZAŁECANE OLEJKI + STOSOWANIE

OZNAKI STRZENIA SIĘ

Kadzidło, spikenard – olejek nardowy, petigrain. Zastosuj tam, gdzie potrzebujesz.

PCHŁY

Żywotnik, drzewo cedrowe, lawenda, cytryna, eukaliptus. Rozcieńczyc + nałożyć na szyję.

POKRZYWKA

Rozmaryn, rumianek rzymski, lawenda, kadzidło. Zastosuj na dotkniętym obszarze.

POŁAMANE PAZNOKCIE

Cytryna, grejpfrut, kadzidło, mirra. Wmasuj w paznokcie 1-2 razy dziennie.

POPARZENIA

Lawenda, mięta pieprzowa, kocanka, mirra. Zastosuj na dotkniętym obszarze ciała.

POPARZENIE SŁONECZNE

Lawenda, mięta pieprzowa, kadzidło. Zastosuj na dotkniętym obszarze ciała.

REFLUKS

Koper włoski, imbir, cytryna, mięta pieprzowa, mieszanka Digest Zen. Wcieraj olejki w klatkę piersiową.

RÓŻOWE OKO

Lawenda, drzewo herbaciane, kadzidło, spikenard – olejek nardowy, szalwia muszkatołowa. Zastosuj w punkty refleksyjne.

SINIAKI

Geranium, lawenda, mieszanka Deep Blue, kocanka, jodła syberyjska. Zastosuj miejscowo, kiedy potrzebujesz.



DOLEGLIWOŚCI

ZALECANE OLEJKI + STOSOWANIE

SKUPIENIE

Drzewo cedrowe, mięta pieprzowa, kadzidło, dzika pomarańcza.
Rozprowadź, nałóż na skronie, dyfuzuj.

SKURCZE MENSTRUACYJNE

Geranium, szaflwia muszkatolowa, mieszanka Clary Calm, mieszanka Deep Blue. Wsmaruj w brzuch, kiedy potrzebujesz.

STOPA SPORTOWCA

Drzewo herbaciane, oregano, abrorvitae, cynamon. Zrób spray + aplikuj na stopy 2x dziennie.

STRES

Lawenda, copaiba, mieszanka Balance, neroli. Dyfuzuj, nałóż na punkty tętna.

ŚLUZ

Cytryna, eukaliptus, koper włoski, kardamon. Rozpylić, wziąć wewnętrznie w kapsułce, zastosować na klatkę piersiową.

ŚRODEK ODSTRASZAJĄCY OWADY

Cytronella, cedr, tuja, lawenda, mieszanka Terra Shield. Dyfuzuj, zrób spray i psikaj ubrania oraz nałóż na miejsca pulsu.

TRĄDZIK

Drzewko herbaciane, lawenda, geranium, tuja. Zastosuj punktowo lub dodaj do codziennej pielęgnacji.

UDERZENIA GORĄCA

Szaflwia muszkatolowa, mięta pieprzowa, mieszanka Clary Calm, eukaliptus.
Wsmaruj w miejsca pulsu kiedy potrzebujesz.

UKĄSZENIE OWADA

Lawenda, bazylija, wrotycz pospolity. Zastosuj w miejscu ukąszenia.



DOLEGLIWOŚCI

ZALECANE OLEJKI + STOSOWANIE

UŻĄDLENIE

Lawenda, goździk, bazyliia, mieszanka Purify. Usuń żądkło i nałóż olejek.

WSZY

Żywotnik, cynamon, rozmaryn, drzewko herbaciane, tymianek. Nałóż na kark, aby zapobiegać.

WSPARCIE ODDECHOWE

Kardamon, mieszanka Air, rozmaryn, tuja, eukaliptus. Dyfuzuj, zastosuj na klatkę piersiową, plecy i spody stóp.

WSPARCIE UKŁADU MOCZOWEGO

Cytryna, geranium, trawa cytrynowa, jagody jałowca. Weź wewnętrznie, nałóż na brzuch kiedy potrzebne.

WYSYPKA

Lawenda, rumianek rzymski, neroli, drzewo cedrowe. Rozcieńczyć + nałożyć na obszar występowania wysypki.

WYPRYSKI/EGZEMA

Lawenda, krwawnik pospolity, czarny świerk, neroli, drzewo cedrowe. Stosuj jako część rutynowej pielęgnacji skóry.

WZDĘCIA

Mięta pieprzowa, imbir, koper włoski, mieszanka Digest Zen. Wetrzyj w brzuch, umieść kroplę pod język.

WZROST WŁOSÓW

Rozmaryn, tymianek, szalwia muszkatołowa, ylang ylang. Spryskaj włosy lub wmasuj w skórę głowy.

ZAPACH CIAŁA

Kolendra, tuja, cytryna, mieszanka Purify. Nakładaj na spód stóp + pachy.



DOLEGLIWOŚCI

ZALECANE OLEJKI + STOSOWANIE

ZAPACH CIAŁA

Kolendra, tuja, cytryna, mieszanka Purify. Nakładaj na spód stóp + pachy.

ZAPALENIE

Kadzidło, mięta pieprzowa, mieszanka Deep Blue, kurkuma, copaiba. Zastosuj na skórę lub weź w kapsułce.

ZATOKI

Kardamon, mieszanka Air, rozmaryn, eukaliptus. Rozpylić, nałożyć na klatkę piersiową, plecy i spód stóp.

ZAWROTY GŁOWY

Kadzidło, rozmaryn, ylang ylang, mieszanka Balance. Dyfuzuj, nałóż na punkty tętna.

ZGAGA

Mięta pieprzowa, mieszanka Digest Zen, kardamon. Wmasuj w brzuch, weź wewnętrznie.

ZMARSZCZKI

Geranium, lawenda, drzewo sandałowe, kadzidło, spikenard – olejek nardowy, petigrain. Nakładaj codziennie w okolicy zmarszczek.

ZWICHNIĘCIE

Trawa cytrynowa, majeranek, mieszanka Deep Blue, copaiba. Zastosuj na obszarze, który wymaga uważności.

OŚWIADCZENIE: Opracowano na podstawie książki:

Modern Essentials, wydawnictwo AromaTools;

Olejki eteryczne i aromaterapia, wydawnictwo Vital

Te stwierdzenia nie mają na celu diagnozowania, leczenia lub zapobiegania chorobom. Wykorzystaj swój osąd z rozcieńczeniem, spożyciem i ilością stosowanych olejków eterycznych.



JAK KUPOWAĆ OLEJKI

ROZPOCZNIJ SWOJĄ PODRÓŻ Z OLEJKAMI
ETERYCZNYMI Z ZESTAWEM STARTOWYM.

Wiem, że wybór olejków na start może być trudny.

Dlatego przygotowałam dla Ciebie **kilka sprawdzonych starterów**, z którymi na prawdę łatwo zacząć przygodę z aromaterapią.

Najpierw, **wyobraź sobie, jak otacza Cię zapach olejków** z ich dobroczynną mocą, a ich aromat powoduje, że czujesz się odprężona i z energią.

Bajka?! Nie, to się dzieje na prawdę!

A do tego wiesz, że zdobyłaś produkt **najlepszej jakości i po najniższej cenie!**



SPRAWDŹ ZESTAWY STARTOWE

SPRAWDZONE ZESTAWY STARTOWE



ZESTAW MINI TRIO

Korzyści:

- 3 najpopularniejsze olejki po 5 ml (Lemon, Peppermint, Lavender)
- 15 minut darmowej konsultacji wellenss

Twoja inwestycja: ok. 150 zł (bez rejestracja konta)

ZESTAW TRIO

Korzyści:

- 3 najpopularniejsze olejki po 15 ml (Lemon, Peppermint, Lavender)
- dostęp do produktów doTERRA przez rok*
- specjalne ceny z 25% rabatem
- 15 minut darmowej konsultacji wellenss

Twoja Inwestycja ok. 400 zł (bez rejestracja konta)



ZESTAW FAMILY ESSENTIALS

Korzyści:

- 10 najpopularniejszych olejków po 5 ml (Lemon, Peppermint, Lavender, Oregano, Kadzidło, Drzewko herbaciane, OnGuard, Zengest, Air, Deep blue)
- dostęp do produktów przez rok*
- specjalne ceny z 25% rabatem
- dostęp do wiedzy i grupy wsparcia
- 15 minut darmowej konsultacji wellenss

Twoja inwestycja: ok. 840 zł
*rejestracja konta w cenie

ZESTAW HOME ESSENTIALS

Korzyści:

- 10 najpopularniejszych olejków po 15 ml (Lemon, Peppermint, Lavender, Oregano, Kadzidło, Drzewko herbaciane, OnGuard, Zengest, Air, Deep blue)
- dyfuzor ultradźwiękowy PETAL
- dostęp do produktów przez rok*
- specjalne ceny z 25% rabatem
- dostęp do wiedzy i grupy wsparcia
- 2 bezpłatne konsultacje wellenss
- moje indywidualne wsparcie
- materiały edukacyjne, dostęp do szkoleń, spotkania on-line
- dostęp do programu lojalnościowego doTERRA - dodatkowe produkty gratis

Twoja inwestycja: ok. 1500 zł
*rejestracja konta w cenie



Jak widzisz, aromaterapia to prosta i skuteczna metoda radzenia sobie z emocjami i poprawiania nastroju.

Nie musisz być naukowcem ani specjalistą od olejków eterycznych, aby skorzystać z emocjonalnych korzyści, które dają ci olejki.

Po prostu zapoznaj się z różnymi właściwościami każdego z olejków i korzystaj potężnej siły Natury. Stwórz spersonalizowane doznania, które pomogą Ci oswoić i ukoić dziesiątki emocji, z którymi spotkasz się na co dzień.



Powodzenia!

Justyna Sznabel

Oddech odNowa



BĄDŹMY W KONTAKCIE

ZNAJDZIESZ MNIE ON LINE NA

WWW.JUSTYNASZNABEL.PL

MOŻESZ DO MNIE NAPISAĆ

KONTAKT@JUSTYNASZNABEL.PL

ZAJRZYJ NA INSTAGRAM

[@ODDECH.ODNOWA](https://www.instagram.com/ODDECH.ODNOWA)

SZUKAJ WYDARZEŃ NA FACBOOK'U

[@ODDECHODNOWA](https://www.facebook.com/ODDECHODNOWA)

