



GUTE NACHT!

NUTZE DIE KRAFT DER ÄTHERISCHEN ÖLE FÜR EINE
RUHIGE UND ENTSPANNTE NACHT FÜR DEIN KIND

WWW.LITTLE-HAPPY-FAMILY.DE



WILLKOMMEN!

Schön, dass du hier bist. Es ist ein gutes Gefühl dir und deiner Familie auf natürliche Weise, völlig ohne Chemie, helfen zu können. Ich verwende ätherische Öle bereits über viele Jahre und konnte meine sowie die Gesundheit meiner Familie, nachhaltig verbessern.

ICH BIN ANDREA

Ich bin Mama von 2 Kindern. Mir ist es wichtig nachhaltig, chemiefrei und weitestgehend frei von chemisch hergestellten Medikamenten zu leben. Deshalb habe ich nach einem Weg gesucht, die Gesundheit meiner Familie auf natürliche Weise zu unterstützen.



ÄTHERISCHE ÖLE WIRKEN AUF ALLEN EBENEN



SEELISCH

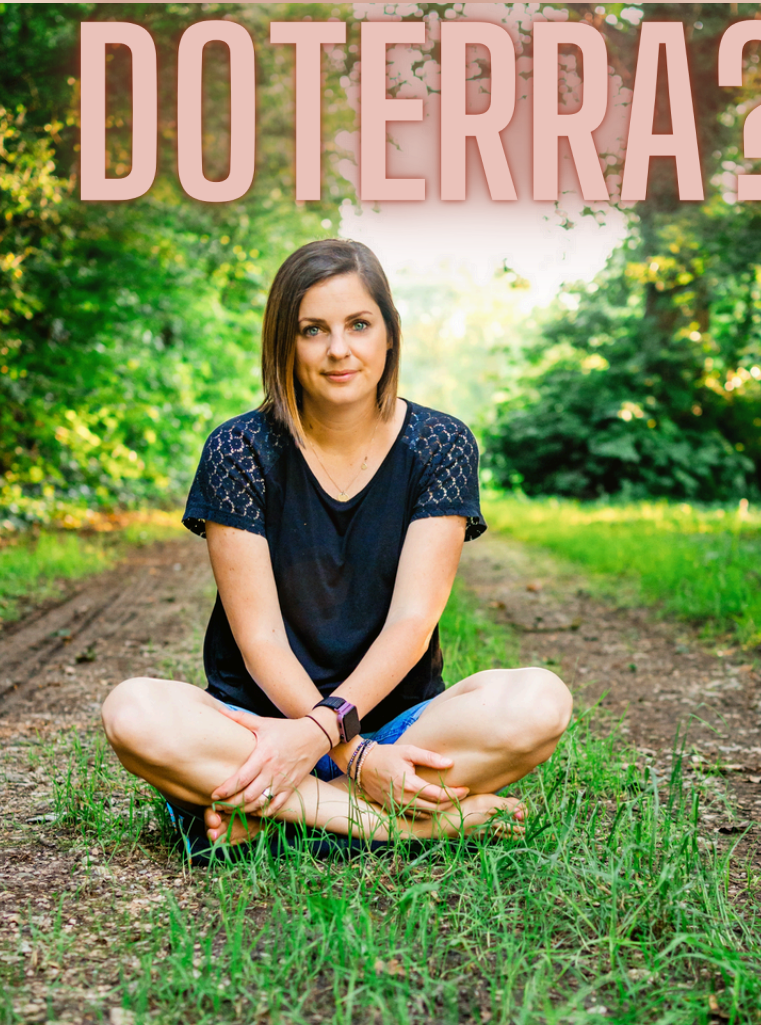
- sie bieten emotionale Unterstützung & können unser seelisches, körperliches & geistiges Wohlbefinden steigern
- sie regulieren unser Nerven- und Hormonsystem
- wirken emotional ausgleichend & sänftigend

KÖRPERLICH

- sanfte & natürliche Unterstützung bei körperlichen Beschwerden, sind dabei aber hoch effektiv
- sie eignen sich perfekt als natür-liche Hausapotheke
- Akute Hilfe bei Verletzungen, Halskratzen, Wachstumsthemen, Unruhe, Verdauung, Immunsystem etc.



WARUM DOTERRA?



Wenn du ätherisches Öl von dōTERRA verwendest, verwendest du ein absolut reines Öl. Es gibt keine Verunreinigungen, Füllstoffe oder Verfälschungen.

dōTERRA bedeutet „Geschenk der Erde“ und wurde 2008 mit der Vision gegründet, die reinsten und besten ätherischen Öle zu finden, die die Natur zu bieten hat. Die Mission von dōTERRA ist es, diese reinen Öle allen Menschen zugänglich zu machen und dadurch die Welt ganzheitlich gesünder und ausgeglichener werden zu lassen.

Das Unternehmen ist bis heute im Besitz der sieben Gründer, deren Handeln von starken Wertvorstellungen und humanitären Grundsätzen geprägt ist. Seit der Gründung ist daraus eine Wellness-Gemeinschaft aus über 8 Mio. Anwender*innen weltweit geworden.

dōTERRA stellt sicher, dass alle Prozesse von Anpflanzung, Sourcing bis hin zur Lieferung verantwortungsbewusst und nachhaltig für Mensch und Natur ablaufen.

Die Reinheit eines Öls ist seine wichtigste Charakteristik. Ist ein Öl nicht rein, riskiert man sich Bakterien, Schwermetallen oder schädlichem und chemischem Material auszusetzen. Da es für ätherische Öle keinen anerkannten Reinheitsstandard auf dem Markt gibt, hat dōTERRA ein eigenes Testverfahren geschaffen: CPTG Certified Pure Tested Grade® (Garantiert reine getestete Qualität).

Das CPTG-Verfahren stellt sicher, dass keine Füllstoffe, synthetische Stoffe oder gefährliche Verunreinigungen im ätherischen Öl vorhanden sind, die seine Wirkung schmälern würden.

dōTERRA geht sogar noch einen Schritt weiter und unterzieht alle Produkte und Verpackungen auch einer Reihe von Tests, um sicherzustellen, dass sie lange haltbar bleiben und gelagert werden können. Dieses Verfahren stellt die Wirksamkeit, Reinheit und gleichbleibende Qualität jeder Charge sicher. Die Herkunft jeder Charge kannst du auf sourcetoyou.com nachvollziehen.

ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN

1

AROMATISCH

Verwende entweder einen Kaltwasser Diffuser, um die Ölpartikel in der Luft zu verteilen, oder gib ein, zwei Tropfen auf die Handflächen, verreibe sie und atme tief ein. Duftlampen eignen sich nicht für die Anwendung ätherischer Öle, denn die Wirkung verfliegt mit Hitze! Die aromatische Anwendung empfehlen wir vor allem bei emotionalen Themen. Eine weitere Variante die Öle aromatisch zu verwenden, ist dein eigenes Parfüm aus deinen Lieblingsölen herzustellen. Gib dafür die Öle deiner Wahl zusammen mit etwas destilliertem Wasser in eine Sprühflasche

2

TOPISCH

Die Öle topisch anzuwenden, bedeutet, die Öle verdünnt auf die Haut aufzutragen. Wir empfehlen dafür die Verdünnung mit einem Trägeröl (zum Beispiel mit dem fraktionierten Kokosöl von doTERRA). Viele Öle von doTERRA gibt es als Roll-Ons - diese sind bereits mit fraktioniertem Kokosöl verdünnt, sodass du sie auch unterwegs schnell und einfach anwenden kannst. Trage das Öl dann zum Beispiel auf deine Fußsohlen, die Wirbelsäule oder auch deine Chakren auf. Bei Kindern oder älteren Menschen ist eine stärkere Verdünnung empfehlenswert.

3

INNERLICH

Du kannst entweder ein bis zwei Tropfen Öl direkt unter die Zunge geben. Oder du fügst deinem Trinkwasser dein Lieblingsöl hinzu, hier eignen sich besonders die Zitrusöle, da sie sehr schmackhaft sind. Eine weitere Möglichkeit: Um von der innerlichen Anwendung zu profitieren, empfehlen wir dir 1-3 Tropfen des gewünschten Öls in eine leere doTERRA VeggieCap zu füllen und diese zu schlucken. Die orale Aufnahme ist nicht bei jedem Öl angeraten, daher bitte stets die Hinweise beachten.

*innerliche Einnahme nicht für Kinder unter 6 Jahren geeignet bzw. nur ausgewählte Öle.

ANWENDUNG IN DER ABENDROUTINE



LASS DEN TAG RUHIG AUSKLINGEN

Schalte schon 30 Minuten vor dem Schlafengehen den Diffuser mit entsprechend beruhigenden Ölen ein. Besonders geeignet sind Lavendel und Wild Orange.

Mische die Öle immer entsprechend der Verdünnungstabelle!!!



WWW.LITTLE-HAPPY-FAMILY.DE

ANWENDUNG IN DER ABENDROUTINE:



FÜHRE EINE ÖLROUTINE EIN

Gib ätherische Öle verdünnt unter die Fußsohlen und entlang der Wirbelsäule. Massiere sie sanft ein. Stelle dir dafür am besten einen fertig gemischten Roller bereit. Dafür eignen sich Lavendel, Weihrauch, Wild Orange und Bergamotte.

Mische die Öle immer entsprechend der Verdünnungstabelle!!!

RUHIGER SCHLAF



AB 3 MONATEN

Lavendel und Weihrauch je 1 Tropfen auf 10ml Trägeröl

AB 2 JAHREN

Lavendel, Weihrauch, Wild Orange, Bergamotte
je 2 Tropfen auf 10ml Trägeröl

AB 6 JAHREN

Lavendel, Weihrauch, Wild Orange, Bergamotte
je 4 Tropfen auf 10ml Trägeröl

Auf die Füße massieren oder im Diffuser

VERDÜNNUNGSTABELLE

VERDÜNNUNG/ ANWENDUNG

Ätherische Öle sind hochkonzentriert und müssen daher immer mit einem Trägeröl verdünnt werden!

Anzahl Tropfen auf 10ml Trägeröl:

1-2 Tropfen Babys ab 3 Monaten

2-3 Tropfen Kleinkinder ab 2 Jahren

4 Tropfen Kinder ab 4 Jahren

Wichtig!!! Keine innerliche Anwendung für Kinder unter 6 Jahren!!!



KOMM IN DIE ÖLEWELT

doTERRA bietet für jede Anwendung das passende Öl. Um dir die Auswahl etwas leichter zu machen, hat dir doTERRA verschiedene Kits zusammengestellt, mit denen du ganz einfach in die Welt der ätherischen Öle einsteigen kannst. Starte jetzt mit dem Home Essentials Kit damit du alle Öle für deine aromatische Hausapotheke griffbereit hast.

MELDE DICH BEI MIR!



WWW.LITTLE-HAPPY-FAMILY.DE