



dōTERRA™

pursue what's **pure**

# Premiers pas avec dōTERRA

## Bienvenue dans la communauté dōTERRA !

Vous faites désormais partie de la plus grande entreprise d'huiles essentielles, unie de par le monde par cette conviction que le travail en commun permet de partager notre passion pour le bien-être naturel et de créer un monde plus heureux et en meilleure santé.

Notre mission consiste à améliorer la vie des gens et à prendre soin de communautés réparties aux quatre coins de la planète, en offrant aux individus une raison d'être par le biais du bien-être et la possibilité de lendemains meilleurs. dōTERRA est un mouvement qui s'engage à favoriser l'autonomie des personnes, y compris la vôtre !

C'est un privilège de vous compter parmi nous et nous sommes impatients de voir où ce voyage nous mènera ensemble.



À la page 38, vous trouverez un QR code qui renvoie à une page web pleine d'informations utiles.





# La pureté dōTERRA

Depuis le tout début, le cœur de notre mission est l'aspiration à la pureté.

Nous croyons au pouvoir des huiles essentielles pures et des produits naturels de confiance qui améliorent le bien-être des individus et des familles tout en préservant l'intégrité de notre patrimoine commun. Votre décision d'utiliser nos produits témoigne de votre engagement en faveur de la pureté et de votre désir d'adopter un mode de vie guidé par les mêmes principes fondamentaux que nous : pureté du produit, pureté des pratiques commerciales, pureté des intentions et pureté de l'amour porté à l'humanité. Ensemble, nous favorisons l'autonomie des gens grâce à des solutions naturelles et fiables.







## Pureté du produit

Des ingrédients nourrissants aux tests rigoureux, dōTERRA fixe la norme par le biais du processus CPTG Certified Pure Tested Grade™, garantissant ainsi la meilleure qualité que la nature puisse offrir.

## Pureté des intentions

Nous nous efforçons d'établir un lien authentique entre vous, nos produits et nos valeurs, en construisant des réseaux qui vous inspirent et vous soutiennent à la fois. Notre culture est centrée sur l'autonomisation, la collaboration et le développement personnel, avec des produits soigneusement élaborés à partir des meilleurs ingrédients naturels.



## Pureté des pratiques commerciales

En tant que plus grande entreprise d'huiles essentielles au monde, c'est avec fierté que nous touchons plus de 10 millions de consommateurs dans le monde. Grâce à notre modèle Co-Impact Sourcing™, nous nous procurons de manière responsable les meilleures huiles essentielles sur la planète, tout en menant les communautés sur le chemin de la guérison et de la prospérité.

## Pureté de l'amour porté à l'humanité

Notre entreprise unique encourage la communauté et l'inclusion, motivée par l'impact positif que nous avons les uns sur les autres et sur le monde. Par l'intermédiaire de l'initiative dōTERRA Healing Hands™, nous nous consacrons à améliorer la vie de millions de personnes à travers le monde et à leur donner de l'espoir.



Notre mission est de nous procurer ce qu'il y a de meilleur tout en aidant le plus grand nombre. Pour créer les huiles essentielles de la plus haute qualité au monde, il faut commencer par obtenir les meilleures matières premières naturelles. Notre engagement en faveur de la pureté nous pousse à aller encore plus loin.

Plus de la moitié des huiles essentielles dōTERRA proviennent de pays en développement : nous voyons là une opportunité unique de mettre en place des chaînes d'approvisionnement éthiques qui bénéficient directement aux communautés rurales. Cette initiative porte le nom de Co-Impact Sourcing.

### Co-Impact Sourcing™ : une double finalité



**Conservation** : en choisissant avec soin les sites qui offrent les meilleures matières premières, nous nous procurons nos ressources de manière responsable et courtoise, dans le respect de l'environnement et des communautés qui en dépendent. Nous affirmons notre engagement en faveur de la pureté en établissant une communication directe avec les personnes présentes sur notre chaîne d'approvisionnement et en apprenant à connaître les individus et les processus qui entrent dans la fabrication de nos huiles.



**Redonner** : nous protégeons les écosystèmes naturels et réduisons l'impact environnemental de notre fabrication d'huiles essentielles en adhérant aux normes de gestion des déchets les plus strictes de l'industrie, en respectant les coutumes locales et en offrant à nos fournisseurs une formation éthique. En procédant de la sorte, nous souhaitons redonner au monde plus que ce que nous lui prenons et lui rendre avec intérêt et attention, tout en améliorant la vie des deux côtés du flacon.



# Nos objectifs



Créer des emplois



Développer les compétences des fournisseurs



Garantir des conditions de travail équitables



Promouvoir la gérance environnementale



Proposer des rémunérations équitables et ponctuelles



Entretenir des partenariats durables



Promouvoir les coopératives



Faciliter le développement communautaire



Pour en savoir plus, scannez le QR code page 38.





dōTERRA signifie bien plus que «dons de la Terre» : ce nom incarne le bien-être, la guérison et l'espoir.

Lorsque nous avons choisi le nom «dōTERRA», nous savions que nous endossions la responsabilité de partager sans relâche les bienfaits de ces «dons de la Terre» pour enrichir les vies humaines. Avec la croissance de notre entreprise, notre capacité à faire le bien augmente elle aussi. Grâce à notre succès, nous pouvons contribuer à briser le cycle de la souffrance humaine.

dōTERRA Healing Hands autonomise les personnes et les communautés du monde entier pour leur permettre d'être en bonne santé, en sécurité et autosuffisantes. Grâce à des projets d'échelle mondiale ou européenne, nous encourageons le changement durable par le biais de trois initiatives majeures :



Impact collectif  
grâce au processus  
Co-Impact Sourcing™



Implication des membres par  
le biais de programmes de  
collectes de fonds doublés  
par la fondation

## **Lutte contre la traite des êtres humains**

Collaboration avec des  
partenaires sur la prévention,  
le sauvetage  
et la réadaptation  
post-traumatique





## dōTERRA Healing Hands et Co-Impact Sourcing™

En partenariat avec Co-Impact Sourcing, dōTERRA Healing Hands soutient un impact social durable. Nous participons à la construction de cliniques, d'écoles, d'établissements de formation professionnelle, de système d'épuration d'eau, et nous enseignons des compétences qui seront bénéfiques aux communautés pour des générations.

### S'approprier la guérison

En soutenant des projets axés sur les problèmes et les personnes qui vous tiennent à cœur, nous pouvons faire une différence ensemble.



Pour en savoir plus, scannez le QR code page 38.

# Découvrez nos produits

Chaque huile essentielle possède une composition chimique, une fragrance et des bienfaits qui lui sont propres. Avec leur polyvalence d'utilisation, elles offrent des solutions simples aux différents aspects du bien-être quotidien.

Saviez-vous que dōTERRA propose plus de 100 huiles essentielles et mélanges différents ? Voici quelques suggestions pour essayer quelques-unes de nos huiles essentielles préférées :

## Mélanges populaires



### dōTERRA Air™

- Aide à dégager les voies respiratoires.
- Utilisez-le localement avant une activité de plein air.



### ClaryCalm™

- Procure un effet apaisant et calmant lorsqu'il est appliqué sur la peau.
- Permet d'équilibrer l'humeur et d'apaiser les émotions exacerbées tout au long du mois.



### dōTERRA Balance™

- Appliquez ce mélange sur la plante des pieds le matin pour favoriser une sensation de calme tout au long de la journée.
- Associez-le à des sels d'Epsom dans un bain chaud pour vous détendre.



### Deep Blue™

- Procure un effet apaisant qui soulage les articulations et rafraîchit les muscles.
- Profitez de ses bienfaits apaisants dans le cadre d'un massage relaxant après une longue journée.





### MetaPWR™

- Conçu pour accompagner un style de vie axé sur une vitalité accrue, de meilleurs choix nutritionnels et le maintien du bien-être.
- Ce mélange est un ingrédient essentiel de la gamme de produits MetaPWR.



### On Guard™

- Apporte une touche d'agrumes épicée et chaleureuse à vos boissons chaudes et desserts.
- Faites infuser des tranches de pomme dans un bol d'eau avec une goutte d'On Guard pour déguster un en-cas sain.



### ZenGest™

- Versez 1 à 2 gouttes dans de l'eau ou du thé après un repas copieux.
- À prendre avant un long voyage en avion ou en voiture pour un effet apaisant.



Veuillez lire chaque étiquette pour consulter la liste des ingrédients, les avertissements et les consignes d'utilisation.

## Huiles essentielles simples populaires



### Copaiba

- Appliquez-la après votre crème hydratante quotidienne pour favoriser une peau éclatante de santé.
- Massez-la sur les jambes après une activité intense.



### Encens

- Atténue les imperfections de la peau.
- Massez sur la peau pour procurer un sentiment de détente et d'équilibre.



### Lavande

- Ajoutez-en une goutte à votre crème hydratante pour favoriser une peau éclatante de santé.
- Ajoutez-en quelques gouttes sur vos oreillers et votre literie pour favoriser la détente.



### Citron

- Ajoutez-en à votre eau pour un goût rafraîchissant ou comme alternative aux sodas et aux boissons sucrées.
- Exaltant et revigorant !



### Origan

- Une saveur prononcée et herbacée, idéale dans les soupes, les salades et les recettes salées.
- Son parfum et son goût incroyablement prononcés font que seule une petite quantité est nécessaire pour cuisiner.



### Menthe poivrée

- Saveur rafraîchissante et puissante.
- Mélangez une goutte de Menthe poivrée et une goutte de Citron à de l'eau pour un bain de bouche rafraîchissant.





### Romarin

- Ajoutez 1 goutte dans les viandes et dans vos plats principaux préférés pour plus de saveur.
- Utilisez-la à la place du romarin frais ou déshydraté dans n'importe quelle recette, pour son côté pratique et son goût puissant.



### Arbre à thé

- Procure des bienfaits pour les cheveux, la peau et les ongles.
- Pour les irritations cutanées passagères, appliquez 1 à 2 gouttes d'huile essentielle sur la zone concernée.



### Orange douce

- Populaire en raison de son parfum énergisant et de ses nombreux bienfaits.
- Un petit plus agréable dans les produits cosmétiques grâce à ses qualités apaisantes pour la peau.



Veuillez lire chaque étiquette pour consulter la liste des ingrédients, les avertissements et les consignes d'utilisation.

## Compléments alimentaires et nutrition

Nos compléments alimentaires offrent des solutions adaptées à vos besoins quotidiens. Quels que soient vos objectifs, chaque produit est méticuleusement formulé pour vous accompagner. Découvrez ces produits indispensables et faites-en vos compagnons de route !



### dōTERRA Lifelong Vitality Pack™

- Contribue au soutien de la vitalité et du bien-être de tout le corps, le tout dans un lot pratique !
- Posez les bases d'une meilleure santé avec ce trio économique, le produit phare du quotidien de dōTERRA.

### MetaPWR™ Advantage

- Stimulez vos niveaux de collagène et de NAD avec neuf types de collagène marin.
- Soutenez votre corps à l'intérieur comme à l'extérieur avec ce savoureux complément alimentaire en poudre.



Pourquoi ne pas essayer **le régime de désintoxication corporelle de 30 jours** et découvrir encore plus de compléments ? Scannez le QR code en page 38 pour plus d'informations.





Veuillez lire chaque étiquette pour consulter la liste des ingrédients, les avertissements et les consignes d'utilisation..



### MetaPWR™ Mito2Max™

- Ce complément alimentaire est conçu pour accroître votre énergie en favorisant la production énergétique naturelle du corps.
- Ce complément alimentaire contient des extraits de plantes, de l'acide alpha-lipoïque et des huiles essentielles de pamplemousse, citron, menthe poivrée, gingembre et cannelle.



### Terrazyme™

- Libérez tous les bienfaits de votre régime alimentaire grâce à ces capsules riches en enzymes.
- Favorise la digestion et garantit que votre corps absorbe les nutriments dont il a besoin.



### PB Assist+™

- 7 milliards de probiotiques qui travaillent dur pour garder vos intestins heureux et en bonne santé !
- Les cultures vivantes microencapsulées parviennent intactes dans votre intestin pour un maximum de bienfaits.



### Complexe Zendocrine™

- Des extraits d'aliments complets et d'enzymes brevetées pour un bien-être optimal.
- Faites une cure détox et repartez du bon pied avec ce mélange puissant d'ingrédients naturels.



### dōTERRA PB Restore™

- Chaque gélule à double paroi contient un mélange soigneusement équilibré de 30 prébiotiques, probiotiques et postbiotiques bioactifs.
- Contient 28 souches de probiotiques différentes par rapport à PB Assist+™.



### Gélules ZenGest™

- Profitez le plus facilement possible des bienfaits du mélange digestif ZenGest.
- Favorise le soulagement et l'apaisement.





Veuillez lire chaque étiquette pour consulter la liste des ingrédients, les avertissements et les consignes d'utilisation..

# En savoir plus

Alors que les incroyables bienfaits des produits de votre commande commencent à se faire ressentir, n'hésitez pas à explorer les autres gammes extraordinaires composées de nos précieuses huiles essentielles pures. Des compléments alimentaires aux soins de la peau et des cheveux, en passant par les produits essentiels pour la maison... Il n'y a rien de plus simple et de plus gratifiant qu'adopter le mode de vie de dōTERRA.



Pour en savoir plus, scannez le QR code « Acheter »  
page 38.



## On Guard™

- On Guard, un des mélanges les plus populaires de dōTERRA, soutient le bien-être global.
- Découvrez toute la gamme On Guard, composée de produits de soin personnel et de produits essentiels pour la maison.



## Deep Blue™

- Détendez vos muscles avec la gamme complète Deep Blue après avoir fait de l'exercice.
- Rafraîchissant et apaisant, Deep Blue est incontournable pour tout un chacun, quel que soit son niveau d'activité.

## dōTERRA Serenity™

- dōTERRA Serenity favorise la relaxation et apaise les tensions grâce à son mélange d'huiles essentielles apaisantes.
- Créez un environnement calme pour un état d'esprit apaisé grâce à la gamme dōTERRA Serenity.



## dōTERRA Air™

- dōTERRA Air est un mélange mentholé et revigorant qui apaise et calme.
- Découvrez les bienfaits de dōTERRA Air dans plusieurs formats pratiques.







## Soins de la peau dōTERRA

- Avec ses nombreuses gammes, les soins de la peau dōTERRA offrent une solution pour chaque type de peau et besoin.
- Les huiles essentielles pures et les composants naturels contribuent à la diminution des imperfections et des signes visibles de l'âge.

## dōTERRA™ sun

- Une protection solaire avec une formule végétane, sans ingrédients synthétiques et respectueuse des récifs coralliens.
- Cette protection solaire à base de minéraux protège la peau et contribue à conserver sa jeunesse.



# Soins capillaires dōTERRA

- Des extraits de plantes purs et des ingrédients de pointe pour des cheveux doux et brillants.
- Évitez les produits chimiques agressifs grâce aux soins pour cheveux infusés d'huiles essentielles.



## dōTERRA spa

- Une expérience digne d'un spa chez vous grâce aux produits infusés d'huiles essentielles.
- Pour une peau douce, lisse et rafraîchie toute la journée.



## Collection dōTERRA Kids

Une collection unique de mélanges d'huiles essentielles spécialement conçue pour vos chers petits ! Dans une base d'huile de coco fractionnée, chaque produit est prêt à l'emploi dans un flacon avec applicateur à bille pratique qui vous permet de prendre soin de vos enfants en toute confiance.





# Bien vivre avec dōTERRA

Avec dōTERRA, découvrez des solutions pour soutenir vos objectifs personnels en matière de bien-être, qu'il s'agisse d'une **meilleure nutrition**, de **faire de l'exercice régulièrement**, d'une **réduction de la toxicité** ou de **soins personnels éclairés**. Voici quelques idées pour intégrer les produits dōTERRA dans votre routine quotidienne et booster votre bien-être :



## UN DÉPART EN PLEINE CONSCIENCE

- Prenez le **dōTERRA Lifelong Vitality Pack™** pour obtenir votre dose quotidienne de nutriments essentiels.
- Utilisez le **Dentifrice dōTERRA SuperMint™** dès le réveil pour ressentir une sensation de fraîcheur exceptionnelle.



## RÉCUPÉRATION ACTIVE

- Pour vous aider à rester concentré(e) pendant votre séance de sport, appliquez le **Stick inhalateur dōTERRA Air™** sur votre poitrine avant de commencer.
- Appliquez **Deep Blue™** sur les muscles ou les articulations endoloris pour un soulagement apaisant après votre séance de sport.



## UNE JOURNÉE POUR PRENDRE SOIN DE SOI

- Profitez d'un moment de tranquillité pour noter vos pensées et recentrer votre esprit avec **dōTERRA Adaptiv™**.
- Faites-vous une manucure maison en massant l'**huile essentielle de Myrrhe en applicateur à bille** sur vos ongles et cuticules.



## ÉNERGIE ET CONCENTRATION

- Commencez votre journée en mélangeant une goutte de **Citron** ou de **Pamplemousse** à de l'eau pour un petit coup de fouet matinal rafraîchissant.
- Une maison fraîche pour un esprit clair ! Le **Nettoyant concentré On Guard™** vous aidera à affronter toutes les tâches ménagères quotidiennes.

Veuillez lire chaque étiquette pour consulter la liste des ingrédients, les avertissements et les consignes d'utilisation.



## FUSION DES ARÔMES

- À l'aide de la méthode du cure-dent\*, remplacez l'origan séché par de l'huile essentielle **d'Origan** dans vos recettes.
- Également à l'aide de la méthode du cure-dent\*, ajoutez une touche de **Cannelle de Ceylan** dans une tasse de thé avec du miel ou dans un chocolat chaud pour une boisson épicée délicieuse.



## AVENTURES EN PLEIN AIR

- Lors d'une randonnée, d'une baignade ou simplement pour profiter d'une journée ensoleillée, appliquez le **Stick solaire minéral pour le visage et le corps dōTERRA™ sun** : une protection solaire propre et facile à réappliquer ponctuellement.
- Appliquez **Terrashield™** avant de sortir.

\*Voir page 35 pour les instructions.





## REPOS ET RESSOURCEMENT

- Pratiquez la pleine conscience avec quelques gouttes de **Copaiba** pour compléter votre séance de méditation ou de yoga.
- Pour une peau claire et éclatante, offrez-vous un soin du visage, en incluant le roll-on **dōTERRA Salubelle™** dans votre routine.

## Besoin d'aide pour personnaliser votre routine ?

Contactez la personne qui vous a parrainé(e) pour bénéficier d'une consultation bien-être personnalisée ! Elle pourra vous aider à mettre en place une routine bien-être répondant à vos besoins et préférences.

# Présentez les huiles essentielles avec AromaTouch™

La dōTERRA AromaTouch Hand Technique™ est une agréable manière de découvrir en personne les bienfaits des huiles essentielles. Simple mais efficace, elle sera toujours synonyme de détente et de régénération. Mieux encore, c'est une merveilleuse méthode pour partager les propriétés apaisantes et stimulantes des huiles essentielles avec votre famille et vos amis !



**1. Simple** - Les cinq mouvements de l'AromaTouch Hand Technique™ s'effectuent en moins de 10 minutes.



**2. Sûr** - Toutes les huiles essentielles dōTERRA conviennent avec l'AromaTouch Hand Technique™, vous êtes certain(e) de faire vivre une expérience sûre avec un impact durable.



**3. Partageable** - Grâce à nos instructions étape par étape, réalisez l'AromaTouch Hand Technique™ et partagez-la facilement avec les bénéficiaires afin qu'ils apprennent à la réaliser eux-mêmes.



Pour en savoir plus, scannez le QR code page 38.



A close-up photograph of three hands stacked together in a supportive gesture. The hands are of different skin tones, suggesting diversity. The top hand is a light skin tone, the middle is a medium skin tone, and the bottom is a darker skin tone. The hands are positioned with fingers slightly spread, creating a sense of unity and support. The background is dark and out of focus.

### Choisir une huile essentielle\*

Toutes les huiles essentielles conviennent pour cette expérience. Par exemple : Citrus Bliss™ ou Orange douce sont des huiles essentielles parfaites pour un petit remontant en milieu de journée. Lavande et dōTERRA Serenity™ contribuent à créer un moment à deux unique avec vos proches à l'heure du coucher. L'huile essentielle de Sapin de Sibérie associée à dōTERRA Balance™ forment un mélange propice à une atmosphère de travail détendue. Les possibilités sont infinies !

\* Veuillez lire chaque étiquette pour consulter la liste des ingrédients, les avertissements et les consignes d'utilisation.



dōTERRA

## Loyalty Rewards

PROFITEZ DE TOUS LES AVANTAGES

Dans le monde à cent à l'heure dans lequel nous vivons, il peut être difficile de concilier les besoins personnels et les exigences de la vie. Afin que vous puissiez obtenir facilement les produits dont vous avez besoin pour vous sentir au mieux de votre forme, nous avons mis en place le programme de fidélité dōTERRA (Loyalty Rewards Program ou LRP).

Ce programme vous permet d'organiser des livraisons régulières et pratiques des produits que vous utilisez régulièrement, ainsi que la possibilité d'obtenir des produits et avantages supplémentaires. Restez sur la bonne voie pour atteindre vos objectifs bien-être et profitez pleinement des avantages avec le programme de fidélité (LRP).



Vous souhaitez en savoir plus sur le programme de fidélité (LRP) ? Parlez-en avec la personne qui vous a parrainé(e) ou scannez le QR code page 38.







### Le bien-être sur le pas de votre porte

Faites-vous livrer vos produits préférés tous les mois.



### Produits gratuits

Recevez GRATUITEMENT le produit du mois.



### Gagner des récompenses

Cumulez jusqu'à 30 % du total de votre commande de fidélité en points à échanger contre des produits gratuits.



### Exclusivités pour nos membres

Profitez d'un accès aux kits spéciaux et de remises sur les produits essentiels du quotidien.



### C'est vous qui décidez

Des commandes personnalisables et maîtrisables : annulation possible à tout moment.



### Maximisez vos points de fidélité d'expédition

Gagnez des points d'expédition supplémentaires pour chaque commande passée en ligne.

# Utiliser les huiles essentielles

Il y a de nombreuses manières d'utiliser les huiles essentielles dōTERRA. La sécurité est notre priorité, voici donc un guide de référence simple pour vous aider à utiliser les huiles essentielles efficacement et sans danger.



Les huiles essentielles pures dōTERRA sont très puissantes. N'oubliez pas qu'une petite quantité est suffisante et suivez systématiquement les recommandations d'utilisation de dōTERRA. Vous trouverez plus d'informations relatives à l'utilisation des huiles essentielles sur les étiquettes des produits, dans le catalogue des produits dōTERRA Europe et sur notre site web [doterra.eu](https://doterra.eu).



Les « huiles essentielles chaudes » telles que Cannelle de Chine, Cannelle de Ceylan, Clou de girofle, Eucalyptus, Origan et Thym font partie de huiles essentielles qui doivent être diluées avec une huile végétale avant toute application locale. Lorsque vous les essayez pour la première fois, prenez en compte un taux de dilution d'une goutte d'huile essentielle pour 10 gouttes d'huile de coco fractionnée.



Lorsque vous utilisez une huile essentielle sur votre peau pour la première fois, il vaut mieux la diluer avec une huile végétale pour voir comment votre peau y réagit. Commencez avec une goutte d'huile essentielle pour cinq gouttes d'huile de coco fractionnée. Vous pourrez personnaliser cette proportion avec le temps et l'expérience.



Certaines huiles essentielles peuvent provoquer une photosensibilité, ce qui signifie que vous pouvez être plus enclin à attraper des coups de soleil. Évitez l'exposition aux rayons UV (lumière du soleil ou lit de bronzage) pendant au moins 12 heures après application sur la peau. Les huiles essentielles concernées sont : Citron, Orange douce, Bergamote, Citron vert, Pamplemousse et toute autre huile essentielle d'agrumes.



N'appliquez pas d'huile sur ou près de l'intérieur du nez, de l'oreille interne, des yeux, sur une peau lésée ou d'autres zones sensibles.



Les enfants sont généralement plus sensibles aux huiles essentielles que les adultes. Avant d'appliquer une huile essentielle sur la peau d'un enfant, il est conseillé de la diluer et de commencer par une application sur les pieds.



Si votre peau commence à rougir, à démanger ou à brûler après l'application d'une huile, retirez-la de la peau en essuyant doucement la zone avec un chiffon doux, puis alternez entre ajouter une huile végétale telle que l'huile de coco fractionnée et essuyer doucement la zone.



Assurez-vous que les huiles essentielles sont utilisées uniquement sous la surveillance d'un adulte. dōTERRA vous conseille de les conserver en hauteur, hors de portée des enfants. Conservez vos huiles avec le réducteur d'orifice inclus dans le flacon et le couvercle hermétiquement fermé.



Lorsque vous ingérez des huiles essentielles, une goutte par prise suffit. Vous pouvez ajouter l'huile directement dans l'eau ou dans un autre liquide ou la mettre dans une capsule vide et l'avaler.



Pour toute question relative à l'utilisation des huiles essentielles pour vos besoins spécifiques, consultez un professionnel de santé qualifié.



Lors de l'ajout d'huiles essentielles à la nourriture, veillez à employer la méthode du cure-dent qui consiste à tremper la pointe d'un cure-dent propre dans le flacon d'huile essentielle et de mélanger ensuite les ingrédients à l'aide du cure-dent. Testez le goût avant d'en ajouter davantage. Les huiles essentielles sont puissantes, une petite quantité suffit.



# Partager est gratifiant

Les expériences qui changent la vie sont souvent source d'envie de partage.

Chez dōTERRA, nous pensons que partager les bienfaits de nos produits est plus qu'une question de bien-être : c'est une question d'épanouissement personnel ! En donnant aux personnes et aux familles les moyens d'agir grâce à des produits naturels de confiance, vous pouvez aider les autres à trouver l'équilibre tout en profitant de produits exclusifs, d'avantages et de primes tout au long de votre parcours. En rejoignant notre communauté de passionnés, vous investissez dans votre bien-être et créez des occasions qui enrichissent des vies. Pas besoin d'être un expert, tout ce qu'il faut est votre envie irrésistible de découvrir et de vous développer. Apprenez-en plus sur notre opportunité commerciale et découvrez comment vous pouvez avoir un impact positif dès aujourd'hui.



« Nous sommes là pour guérir.  
Nous sommes là pour rêver. Nous  
sommes là pour grandir au-delà de  
ce que nous pensions possible. »

*Emily Wright*  
Founding Executive, Chair of the Board

 Pour en savoir plus, scannez le QR code  
page 38.



# Allons-y !

## Faites vos achats

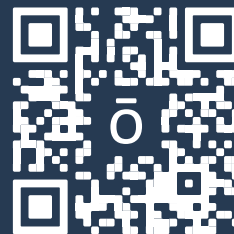
Nous sommes heureux de vous proposer une expérience d'achat sur mesure ! Consultez facilement les produits dōTERRA par catégorie ou par finalité. Pour commencer, scannez le QR code et connectez-vous à l'aide de votre identifiant dōTERRA ou de votre adresse e-mail. Bonne découverte !



## Découvrez les ressources dōTERRA

Consultez notre zone entièrement dédiée aux ressources ! Trouvez des informations sur les produits, parcourez des supports de formation complets et découvrez-en davantage sur le monde extraordinaire de dōTERRA.

Pour accéder à la langue souhaitée, vous devez modifier la langue du site web. Faites défiler vers le bas à droite de la page pour sélectionner la langue.



## Contactez votre Conseiller Bien-Être

Prenez contact avec le Conseiller Bien-Être qui vous a parrainé(e) dès que vous avez reçu votre commande. Il pourra vous aider au cours des prochaines étapes.







doTERRA Europe



@doterraeurope  
@doterraeubusiness



dōTERRA Essential Oils Europe

dōTERRA™

Veuillez noter que les produits présentés dans cette brochure peuvent être modifiés et peuvent différer de ce qui est affiché. Rendez-vous sur [shop.doterra.com](https://shop.doterra.com) pour consulter les toutes dernières informations.

Sauf indication contraire, tous les mots portant des symboles de marque commerciale ou de marque déposée sont des marques commerciales ou des marques déposées de dōTERRA Holdings, LLC

UE FR Brochure pour une adhésion « pure »

dōTERRA UK Office, Altius House, 1 North Fourth Street, Milton Keynes, MK9 1DG, Royaume-Uni | [doterra.eu](https://doterra.eu)  
dōTERRA Global Limited, 32 Molesworth Street, Dublin 2, Irlande

© 2024 dōTERRA Holdings, LLC, 389 S 1300 W St. Pleasant Grove, UT 84062 USA



v1 EU FR

60230485

