

Oil Academy

Your Weekly Oil Bliss

Das «Home Essential Kit» von doTERRA



Was beinhaltet das «Home Essential Kit» alles?

Das «Home Essential Kit» beinhaltet **10 ätherische Öle** (6 pure Öle und 4 Öl Mischungen), den **Pedal Diffuser 2.0** sowie das **doTERRA essential Handbuch**

Die **15 ml Flaschen** fassen je **250 Tropfen** der ätherischer Öle.

&



&



Der Diffuser versprüht ultrafeinen Nebel, und deckt eine Fläche von bis **zu 30 Quadratmeter** ab. -
Einstellungen: 2 und 6 Stunden im Dauerbetrieb und 12 Stunden intermittierend.
Optionales Nachtlicht

Durch die Ultrashall- Vernebelung bleiben die Aroma-therapeutischen Wirkstoffe der ätherischen Öle erhalten (vs. Teelichter)

Die 10 Öle:

1. Lavendel
2. Zitrone
3. Pfefferminze
4. Tea Tree
5. Oregano
6. Frankinsence (Weihrauch)
7. Deep Blue (5 ml Flasche)
8. Air
9. Zen Gest
10. On Guard

Im **Handbuch** werden dir die Öle mit **schönen Illustrationen** sowie praktische **Anwendungsmöglichkeiten** dazu erklärt. Ausserdem präsentiert es dir **weitere** tolle doTERRA **Produkte**

Warum bietet das «Home Essential Kit» einen optimalen Start?



- **Sehr toller Preisvorteil weil es als «Starter Set» erhältlich ist:**
 - Alle Produkte einzeln gekauft sind wesentlich teurer
- **Deckt alle Bedürfnisse einer ganzheitlichen, natürliche Hausapotheke ab.**
 - Selbstwirksamkeit: Sehr sicher in der Anwendung
 - Alles vor Ort und sofort griffbereit → Nachhaltig & kostengünstig !
 - Wirksamkeit effizient
 - einfache Handhabung für gross und klein (nicht invasiv)

Die 10 ätherischen Öle aus dem «Home Essential Kit» auf einen Blick



**VERDAUUNG
ATEMWEGE
ENERGIE**



**BERUHIGEND
FÜR HAUT ET
EMOTIONEN**



**HAUT
GEDÄCHTNIS
ZELLEN**



**ATEMWEGE
DURCHATMEN**



**IMMUNSYSTEM
MUNDGESUNDHEIT**



**REINIGEND
ENTSCHLACKEND
KONZENTRATION**

**HAUT
REINIGEND**

**IMMUNBOOSTER
VERDAUUNG**

**VERDAUUNG
NEBENHÖHLEN**

**MUSKELN
GELENKE
SPORT**

Lavendel (*Lavandula angustifolia*):



Land: Bulgarien und Frankreich

Pflanzenteil: Blüten

Extrahierungsmethode: Dampfdestillation **Aromatische Beschreibung:** Pulvrig, blumig, leicht

Emotional Wirkung: (Das Öl der Kommunikation)

Bei blockierter Kommunikation, sich ungesehen/ungehört fühlen, wirkt beruhigend, entspannend, bei Alpträumen, angstlösend, nervenstärkend, Engegefühl, Melancholie, Depression, Stress, Niedergeschlagenheit, bei Unruhe, Angstzuständen, Verschrecken

Körperliche Wirkung:

Bei Allergien (antihistaminisch) Bissen/Stichen, Fieber, Blasen, Ausschlägen, Verletzungen, Schmerzen, Heuschnupfen, Verbrennungen

ÄUSSERLICHE ANWENDUNG: In den Händen verreiben, oder direkt aus der Flasche einatmen; diffusen

TOPISCH: 1 Tropfen auf Reflexpunkten ODER direkt auf betroffene Stellen auftragen und verstreichen (Hautverträglichkeitstest/verdünnen 1%)

INNERLICH: 1-2 Tropfen unter die Zunge geben oder in einer Kapsel einnehmen

Zitrone (Citrus limon):



Land: Italien & Brasilien

Pflanzenteil: Zitronenschale

Extraktionsmethode: Kaltpressung/Pressung

Aromatische Beschreibung: rein, frisch, zitrusartig, hell

Emotional Wirkung: (Das Öl der Konzentration)

Bei Unfähigkeit sich zu konzentrieren, bei Lernschwierigkeiten, energisierend, erheiternd, erfrischend, inspirierend, stimmungsaufhellend, bei Antriebslosigkeit, Depression, Lustlosigkeit, Müdigkeit (auch mental)

Körperliche Wirkung:

Bei Reisekrankheiten, PONV, Nausea, Desinfizierend/Reinigend, bei Erkältungen/Fieber/Grippe, Infektionen, Kreislaufproblemen, kann innerlich reinigen

ÄUSSERLICHE ANWENDUNG: In den Händen verreiben, oder direkt aus der Flasche einatmen; 3-4 Tropfen diffusen

TOPISCH: 1 Tropfen auf Reflexpunkten ODER direkt auf betroffene Stellen auftragen und verstreichen CAVE: Photosensitiv

INNERLICH: 1-2 Tropfen in Glas Wasser unter die Zunge geben oder in einer Kapsel einnehmen

Peppermint (Mentha piperita)



Land: Nord-westen USA

Aromabeschreibung: Minzig, frisch, krautig

Extraktionsmethode: Wasserdampfdestillation

Pflanzenteil: Ganze Pflanze

Emotional Wirkung: (Das Öl des lebhaften Herzens)

nervenstärkend, bei Erschöpfung, bei Ohnmacht, schenkt Selbstvertrauen und Zuversicht, bei Verzweiflung, fördert Optimismus, gibt Stärke um emotionalen Schmerz auszuhalten

Körperliche Wirkung:

Bei Allergien (antioxidantiv), Fieber, Hitzewallungen, Kühlungen, Kopfschmerzen, Müdigkeit, Heuschnupfen

ÄUSSERLICHE ANWENDUNG: In den Händen verreiben, oder direkt aus der Flasche einatmen; 3-4 Tropfen diffusen

TOPISCH: 1 Tropfen (oder 1:1 mit Trägeröl verdünnen) auf Reflexpunkten ODER direkt auf betroffene Stellen auftragen und verstreichen

INNERLICH: 1-2 Tropfen in Glas Wasser unter die Zunge geben oder in einer Kapsel einnehmen

Tea Tree (Melaleuca alternifolia)



Land: Australien & Kenia

Aromabeschreibung: Krautig, grün, ledrig

Extraktionsmethode: Wasserdampfdestillation

Pflanzenteil: Blatt

Emotional Wirkung: (Das Öl der energetischen Abgrenzung)

fördert mentale Ausgeglichenheit und reinigt Geist und Körper, bei Nervosität, innerer Unruhe, mobilisiert geisig.seelische und körperliche Kraftreserven

Körperliche Wirkung:

Abwehrstärkend, reinigend, desinfizierend, Immunsystem unterstützend.

ÄUSSERLICHE ANWENDUNG: In den Händen verreiben, oder direkt aus der Flasche einatmen; 3-4 Tropfen diffusen

TOPISCH: 1 Tropfen(oder 1:1 mit Trägeröl verdünnen ODER direkt auf betroffene Stellen auftragen und verstreichen (Mundspülung)

INNERLICH: in einer Kapsel einnehmen

Oregano (Origanum vulgare)



Land: Türkei

Aromatische Beschreibung: Krautig, scharf, grün, kampferhaltig

Erntemethode: Wasserdampfdestillation

Pflanzenteil: Blatt

Emotional Wirkung: (Das Öl der Demut und Befreiung von Anhänglichkeit)

Hilft Blockaden abzubauen, klärt Negativität, wirkt ausgleichend auf den inneren Kräftehaushalt, überanhänglichkeit, gedächtnisanregend

Körperliche Wirkung:

Abwehrstärkend, natürliches Antibiotikum, Immunsystem unterstützend.

ÄUSSERLICHE ANWENDUNG direkt aus der Flasche einatmen; 3-4 Tropfen diffusen

CAVE: Heisses Öl

TOPISCH: 1 Tropfen (oder 1:1 mit Trägeröl verdünnen ODER direkt auf betroffene Stellen auftragen und verstreichen (Mundspülung)

INNERLICH: in einer Kapsel einnehmen (Bei Schwäche)

Frankincense (Boswellia spp.)



Land: Somalia, Ethiopia, Oman

Pflanzenteil: Harz von *Boswellia carterii*, *frereana* und *sacra*

Extrahierungsmethode: Dampfdestillation

Aromatische Beschreibung: Warm, würzig, rein

Emotional Wirkung: (Das Öl der Wahrheit)

Erdend, bei Ratlosigkeit, angstlösend, bei nervösen Spannungen, Stresslösend
schenkt Gelassenheit, verleiht Klarheit

Körperliche Wirkung:

Zellerneuernd, Schmerzen, Erschöpfung, Stress, Wunden, Warzen

ÄUSSERLICHE ANWENDUNG In den Händen verreiben oder direkt aus der Flasche
einatmen; 3-4 Tropfen diffusen

TOPISCH: Direkt auf betroffene Stellen auftragen und verstreichen

INNERLICH: in einer Kapsel einnehmen oder 1 Tropfen unter die Zunge

Deep Blue (Mischung)



Enthält: Wintergreen, Camphor, Peppermint, Blue Tansy, Blue Camomile, Helichrysum, Osmanthus, Ylang Ylang

Aromatische Beschreibung: Minzig, Kampferartig

Emotional Wirkung: (Das Öl um Schmerzen anzunehmen)

Schmerzresistent, vermeiden emotionaler Themen, schmerzvolle Situationen

Körperliche Wirkung:

Akute und chronische nozizpetive Schmerzen aller Art, psychogene Schmerzen (Cave bei neuropathischen Schmerzen wie zum Beispiel Herpes Zoster!) Wachstumsschmerzen bei Kinder, Verspannungen der Muskeln im Nacken

ÄUSSERLICHE ANWENDUNG In den Händen verreiben oder direkt aus der Flasche einatmen; 3-4 Tropfen diffusen

TOPISCH: Direkt auf betroffene Stellen auftragen und verstreichen (Verdünnen)

INNERLICH: NICHT GEEIGNET!

Air (Mischung)



Inhaltsstoffe: Ätherische Öle aus Lorbeerblättern, Pfefferminze, Eukalyptusblättern/-stielen, Teebaumölblättern, Zitronenschalen, Ravensarablättern, Kardamomsamen

Duftbeschreibung: Minzig, heiß, frisch, luftig

Emotional Wirkung: (Das Öl des Atems)

Traurigkeit, Kummer, Hoffnungslosigkeit, nicht fähig sein tief durch oder einzuatmen, ängstlichkeit, Misstrauen, schenkt Mut, Vertrauen und Trost

Körperliche Wirkung:

Unterstützt eine freie und leichte Atmung, für erholsamen Schlaf, bei Atemübungen im Yoga oder Meditationen

ÄUSSERLICHE ANWENDUNG In den Händen verreiben oder direkt aus der Flasche einatmen; 3-4 Tropfen diffusen

TOPISCH: Direkt auf betroffene Stellen auftragen und verstreichen (verdünnen)

INNERLICH: NICHT GEEIGNET!

Zen Gest (Mischung)



Inhaltsstoffe: Ätherische Öle von Anissamen, Pfefferminzpflanze, Ingwer-Rhizom/-wurzel, Kümmel, Koriandersamen, Estragonpflanze und Fenchelsamen.

Duftbeschreibung: süsslich, leicht

Emotional Wirkung: (Das Öl der Verdauung)

Diese Mischung hilft dem Einzelnen, die vielen Erfahrungen des Lebens zu verdauen. Appetit-Verlust, oder auf das Leben selbst.

Körperliche Wirkung:

Unterstützt gesunde Verdauung, bei Magendarmbeschwerden, auf Reisen, beruhigt den Bauch, Verstopfung/Durchfall

ÄUSSERLICHE ANWENDUNG In den Händen verreiben oder direkt aus der Flasche einatmen; 3-4 Tropfen diffusen

TOPISCH: Direkt auf betroffene Stellen auftragen und verstreichen (verdünnen)
Bauch

INNERLICH: 1 Tropfen in ein Glas Wasser oder Kapseln (CAVE: Asthmatiker)

On Guard (Mischung)



Inhaltsstoffe: Ätherische Öle aus Wildorangenschale, Gewürznelkenknospen, Zimtrinde, Eukalyptusblätter, Rosmarinblätter und -blüten.

Aromatische Beschreibung: Warm, krautig, kampferartig, holzig

Emotional Wirkung: (Das Öl für den Schutz)

Bei Angriff, sich schutzlos oder verletzlich fühlen, empfindlich gegen Anpassungsdruck, empfänglich für Gruppenzwang

Körperliche Wirkung:

Immununterstützend während der Erkältungszeit, bei Halsschmerzen, Mundgeruch, zum Reinigen, Luftreinigend, Oberflächen reinigend

ÄUSSERLICHE ANWENDUNG 3-4 Tropfen diffusen

TOPISCH: Direkt auf betroffene Stellen auftragen und verstreichen (verdünnen)
Bauch

INNERLICH: 1 Tropfen in ein Glas Wasser oder Kapseln (für mutige PUR 😊)

Optionales Zubehör zur Ergänzung



Basisöle



Leere Kapseln
zum Füllen



Pipetten, Sprühflaschen,
Roll On's und Co.



www.oilspiration.ch

Aufbewahrung



Nachschlagewerk



Display



HERZLICHEN DANK für eure Aufmerksamkeit!



Literaturnachweis:

Bak ,S., «**Die Kraft der Natur**», DEVIATO, 7. Auflage, 2020

doTERRA every day, «**Product information page**»

<http://doterraeveryday.eu/pip-deutsch/>

Harsch, J., «**doTERRA Wellness Advocate, Informationsbroschüre**», 2019

Schirner , M., «**Ätherische Öle anwenden, über 200 Essenzen für die Aromatherapie**», Schirner Verlag, 10. Auflage, 2017