

HUILES ESSENTIELLES SIMPLES

La gamme d'huiles essentielles simples de dōTERRA™ est composée des meilleurs extraits aromatiques au monde à l'heure actuelle. Chaque huile essentielle simple fournit l'essence vivante de sa plante source, cultivée et soigneusement récoltée puis délicatement distillée aux quatre coins du monde. La pureté et la teneur de chaque huile essentielle sont soumises à des normes strictes. Réunies dans une magnifique palette d'énergies végétales, nos huiles essentielles peuvent être utilisées seules ou mélangées pour obtenir des bienfaits personnalisés.





THUYA
HUILE ESSENTIELLE PURE
Thuja plicata | 5 ml

Connu sous le nom d'« arbre de vie », le Thuya est majestueux par sa taille et riche en bienfaits.

- Peut procurer des bienfaits pour l'épiderme
- Fréquemment utilisé pour la méditation



BASILIC
HUILE ESSENTIELLE PURE
Ocimum basilicum | 15 ml

De la même famille que la menthe, le basilic est une plante bienfaisante couramment utilisée en cuisine.

- Un ingrédient d'assaisonnement polyvalent largement utilisé dans le monde dans de nombreux plats
- Apporte une touche herbacée à vos plats



BERGAMOTE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Citrus bergamia | 15 ml

Obtenu suite à la pression à froid du zeste de son fruit, la Bergamote se démarque des autres huiles essentielles d'agrumes.

- Fréquemment utilisée en massothérapie pour ses bienfaits apaisants pour la peau
- Appliquez-la sur votre peau sous la douche pour profiter de ses bienfaits purifiants



POIVRE NOIR
HUILE ESSENTIELLE PURE
Piper nigrum | 5 ml

À la fois stimulant et riche en saveurs, le Poivre noir relève n'importe quel plat.

- Relève le goût des aliments
- Un ingrédient d'assaisonnement polyvalent, généralement moulu à partir des grains de poivre, largement utilisé dans le monde dans les plats salés



ÉPINETTE NOIRE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Picea mariana | 5 ml

Utilisée par les Amérindiens pour ses bienfaits pour la peau et à des fins de guérison spirituelle, l'huile essentielle d'Épinette noire est boisée et puissante.

- Apaise et soulage la peau
- Procure un sentiment de détente et de calme
- Apaise les irritations cutanées bénignes
- Utilisée en massage, elle apaise et reconforte après un exercice physique intense



TANAISIE BLEUE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Tanacetum annuum | 5 ml

L'huile essentielle de Tanaisie bleue est extraite d'une plante méditerranéenne annuelle aux fleurs jaunes. Principal composant de nombreux mélanges doTERRA, notamment doTERRA Balance™ et Deep Blue™.

- Appliquez sur la peau pour une sensation apaisante
- Sa couleur bleu profond peut tacher les surfaces, les tissus et la peau. Nous vous recommandons de l'utiliser avec prudence et de la diluer
- Ajoutez-en une goutte à votre crème hydratante ou produit nettoyant pour atténuer les imperfections



CARDAMOME
HUILE ESSENTIELLE PURE
Elettaria cardamomum | 5 ml

De la même famille que le gingembre, le cardamome est une épice chère utilisée en cuisine et connue pour ses nombreux bienfaits.

- Une épice très aromatique pour cuisiner et faire des pâtisseries
- Arôme rafraichissant et mentholé et saveur herbacée. La Cardamome est idéale dans les soupes, les salades et les assaisonnements de recettes salées



CANNELLE DE CHINE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Cinnamomum cassia | 15 ml

De la même famille que la cannelle, la Cannelle de Chine dégage un parfum agréable et est utilisée depuis plusieurs millénaires.

- Utilisez-la en cuisine pour remplacer la cannelle
- Un ingrédient très apprécié dans les entrées, les pains et les desserts



GENÉVRIER DE VIRGINIE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Juniperus virginiana | 15 ml

Connue pour sa teinte profonde et sa senteur chaude et boisée, l'huile essentielle de Genévrier de Virginie offre une multitude de bienfaits pour la peau.

- Ajoutez-en quelques gouttes à votre lotion tonique ou à votre crème hydratante pour profiter de ses bienfaits purifiants
- Pour une peau éclatante de santé



GRAINES DE CÉLERI
HUILE ESSENTIELLE PURE
Apium graveolens | 15 ml

Utilisé déjà depuis le 5e siècle en Chine, le céleri est devenu un ingrédient de base bien connu de toute une variété de plats. La principale source d'huile essentielle, extraite par distillation à la vapeur, se situe dans les graines.

- Connu pour son arôme complexe, piquant, sucré et épicé
- Un ajout savoureux à une grande variété de plats



CORIANDRE (FEUILLES)
HUILE ESSENTIELLE PURE
Coriandrum sativum | 15 ml

Obtenu à partir des feuilles de la coriandre, l'huile essentielle de Coriandre (feuilles) est fréquemment utilisée pour sa délicieuse saveur rafraichissante.

- Idéale dans les dips, les sauces et dans une variété de plats salés
- Apporte fraîcheur et peps à vos plats



CANNELLE DE CEYLAN
HUILE ESSENTIELLE PURE
Cinnamomum zeylanicum | 5 ml

La Cannelle de Ceylan est réputée pour ses nombreux usages culinaires, et son huile essentielle est étonnamment polyvalente.

- Un ingrédient très apprécié dans divers entrées, pains et desserts
- Remplacez la cannelle moulue par quelques gouttes de Cannelle dans vos plats préférés



CITRONNELLE DE JAVA
HUILE ESSENTIELLE PURE

Cymbopogon winterianus | 15 ml

Issue de la feuille d'une herbe haute originaire d'Asie, le parfum de l'huile essentielle de Citronnelle de Java est vif et frais. Elle est l'alliée idéale en camping, en randonnée, où dans n'importe quel endroit où vous explorez les beautés de la nature.

- Peut contribuer à une peau nette
- Apaisante pour la peau et le cuir chevelu
- Diluez selon les besoins pour l'appliquer sur la peau



SAUGÉ SCLARÉE
HUILE ESSENTIELLE PURE

Salvia sclarea | 15 ml

La saugé sclarée est connue pour ses propriétés apaisantes et calmantes en application sur la peau.

- L'huile essentielle de Saugé sclarée est l'un des composants principaux du mélange mensuel exclusif de dōTERRA, ClaryCalm™
- Favorise une sensation de détente pour se préparer à une nuit de sommeil reposante
- Pour des cheveux et un cuir chevelu en pleine santé



CLOU DE GIROFLE
HUILE ESSENTIELLE PURE

Eugenia caryophyllata | 15 ml

Connu et apprécié en cuisine, les bienfaits et utilisations du clou de girofle datent de la Chine et de l'Inde anciennes.

- Souvent utilisé comme épice en cuisine
- Peut être utilisé ailleurs qu'en cuisine grâce à ses propriétés puissantes uniques



COPAIBA
HUILE ESSENTIELLE PURE

Copaifera reticulata, officinalis, coriacea et langsdorffii | 15 ml

Utilisé dans leurs pratiques médicales traditionnelles par les autochtones au Brésil, le Copaiba est proche du poivre noir. L'huile de Copaiba est très souvent utilisée dans les produits cosmétiques et les parfums.

- Favorise une peau nette et lisse
- Atténue l'apparence des imperfections



CORIANDRE (GRAINES)
HUILE ESSENTIELLE PURE

Coriandrum sativum | 15 ml

Cette épice populaire en cuisine peut transformer n'importe quel plat avec juste une touche d'huile essentielle.

- Idéale dans les recettes salées
- Prenez une goutte de Coriandre (graines) en interne après un repas copieux pour vous soulager légèrement
- Apporte une touche herbacée à de nombreux plats



CYPRÈS
HUILE ESSENTIELLE PURE

Cupressus sempervirens | 15 ml

Elle est souvent utilisée dans les spas par les massothérapeutes en raison de ses nombreux bienfaits sur la peau.

- Son effet à la fois stimulant et ressourçant sur les émotions la rend idéale pour la gestion des émotions
- Améliore l'aspect des peaux grasses



PIN DOUGLAS
HUILE ESSENTIELLE PURE

Pseudotsuga menziesii | 5 ml

L'arôme de ce grand pin à feuillage persistant est doux et rafraîchissant avec une légère note citronnée.

- En application locale, favorise une humeur et un environnement positifs
- Obtenue à partir des pins à feuillage persistant de Nouvelle-Zélande, l'huile essentielle de Pin Douglas possède des vertus purifiantes lorsqu'elle est appliquée sur la peau



EUCALYPTUS
HUILE ESSENTIELLE PURE

Eucalyptus radiata | 15 ml

Obtenue à partir des feuilles d'eucalyptus, elle contient de nombreux composés bénéfiques.

- En application locale, contribue à la sensation de détente
- Ajoutez une goutte dans la crème hydratante de votre choix et appliquez sur la peau en faisant des mouvements circulaires
- Utilisez-la avec les huiles essentielles de Lavande, Pin Douglas et Cyprés pour profiter de propriétés relaxantes et apaisantes



FENOUIL
HUILE ESSENTIELLE PURE

Foeniculum vulgare | 15 ml

Utilisé depuis des siècles, il offre de nombreux bienfaits et se distingue par son arôme de réglisse.

- Un complément savoureux pour les soupes, les sauces et les salades
- Prenez une goutte de Fenouil dans l'eau ou le thé plutôt que de vous jeter sur les sucreries



ENCENS
HUILE ESSENTIELLE PURE

Boswellia carterii, frereana, et sacra | 15 ml

Sans doute la plus précieuse des huiles de l'Antiquité, elle est très polyvalente dans ses utilisations et bienfaits.

- Peut contribuer à l'hydratation et au rajeunissement de la peau
- Procure un sentiment de détente et équilibre l'humeur
- Apaise la peau

Voir page 20 pour l'Encens dilué en applicateur à bille



GÉRANIUM
HUILE ESSENTIELLE PURE

Pelargonium graveolens | 15 ml

L'utilisation d'huile essentielle de Gèranium remonte à l'Égypte ancienne. On l'utilisait alors pour embellir la peau.

- Favorise une peau nette et saine
- Appliquez sur la peau après la douche pour un effet adoucissant
- Versez quelques gouttes dans votre shampoing ou après-shampoing pour redonner brillance et éclat à vos cheveux



GINGEMBRE
HUILE ESSENTIELLE PURE

Zingiber officinale | 15 ml

L'huile essentielle de Gingembre dōTERRA provient du rhizome frais de la plante. Le Gingembre est principalement connu pour son goût sucré.

- Une épice très appréciée en cuisine utilisée partout dans le monde
- Utilisez son huile essentielle à la place du gingembre frais ou déshydraté dans les desserts tels que le pain d'épice ou les biscuits au gingembre



PAMPLEMOUSSE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Citrus X paradisi | 15 ml

Généralement connu pour son goût amer et acidulé, le pamplemousse est le fruit rond jaune orangé d'un arbre au feuillage persistant.

- Procure un arôme parfumé et extrêmement stimulant aux plats et boissons grâce à ses puissantes propriétés d'agrumes
- Apporte une touche piquante et acidulée à vos plats



MANDARINE VERTE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Citrus nobilis | 15 ml

Pressée à froid à partir du fruit encore vert du mandarinier, l'huile essentielle de Mandarine verte possède une saveur et des utilisations uniques par rapport aux autres huiles essentielles d'agrumes.

- Favorise une sensation d'apaisement
- Agrémentez vos plats ou votre eau de Mandarine verte pour une explosion instantanée de saveurs rafraichissantes



HÉLICHRYSE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Helichrysum italicum | 5 ml

Obtenu suite à la distillation de la grappe de fleurs de cette plante vivace, l'Hélichryse est l'une des huiles essentielles les plus précieuses et les plus recherchées.

- Atténue les taches et les imperfections de la peau
- Massez au niveau des tempes et sur la nuque pour un effet apaisant
- Pour un teint éclatant

Voir page 23 pour l'Hélichryse diluée en applicateur à bille



BAIES DE GENIÈVRE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Juniperus communis | 5 ml

Obtenu à partir d'un conifère, elle a un riche passé d'utilisations traditionnelles et de bienfaits.

- Appliquez-en une goutte sur la peau pour favoriser un teint net
- Effet calmant et apaisant en application locale



LAVANDE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Lavandula angustifolia | 15 ml

Depuis des millénaires, la Lavande est appréciée pour son arôme incomparable et ses bienfaits pour la santé.

- Couramment utilisée pour ses qualités apaisantes et relaxantes
- Appliquez une goutte dans votre routine beauté pour favoriser une peau saine
- Ajoutez à l'eau du bain pour vous débarrasser de vos soucis ou appliquez sur les tempes et la nuque

Voir page 23 pour la Lavande diluée en applicateur à bille



CITRON
HUILE ESSENTIELLE PURE
Citrus limon | 15 ml

Cette huile la plus vendue a de nombreuses utilisations et présente de nombreux avantages. Elle est pressée à froid à partir de zeste de citron pour préserver sa nature délicate et ses propriétés puissantes.

- Apporte une touche acidulée à vos plats
- Peut être utilisée pour parfumer l'eau d'une saveur rafraichissante ou pour une multitude de recettes salées ou desserts sucrés
- Propriétés revigorantes et énergisantes pour améliorer l'humeur



EUCALYPTUS CITRONNÉ
HUILE ESSENTIELLE PURE
Eucalyptus citriodora | 15 ml

Grâce à ses nombreux bienfaits en application locale, elle est idéale pour prendre soin de votre peau. Elle est également réputée pour son arôme rafraichissant qui procure une atmosphère revigorante.

- Prend soin de la peau et la purifie
- Arôme exaltant et revigorant
- Offre de nombreux bienfaits en application locale
- Idéale pour agréments un massage apaisant



LEMONGRASS
HUILE ESSENTIELLE PURE
Cymbopogon flexuosus | 15 ml

Le Lemongrass produit une huile essentielle fumée et acidulée qui offre de nombreux bienfaits à l'utilisateur.

- Utilisez-la dans la cuisine asiatique, les soupes, le thé et les currys
- Idéale avec le Basilic, la Cardamome ou la Menthe verte
- Apporte une touche fumée et herbacée à vos plats



CITRON VERT
HUILE ESSENTIELLE PURE
Citrus aurantifolia | 15 ml

Le Citron vert, qui se caractérise par son odeur piquante d'agrumes, est une incontournable de votre collection d'huiles essentielles.

- Obtenue par pression à froid des zestes de citron vert pour préserver sa nature délicate et ses propriétés intéressantes et puissantes
- Peut être utilisée pour parfumer une multitude de recettes salées ou desserts sucrés d'une saveur piquante
- Arôme acidulé et sucré



MARJOLAINE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Origanum majorana | 15 ml

Aussi surnommée « wintersweet » ou « joie des montagnes », la saveur herbacée de l'huile essentielle de Marjolaine peut être utilisée dans de nombreuses recettes.

- Un complément chaleureux et herbacé en cuisine
- Dans votre prochaine recette, remplacez la marjolaine déshydratée par de l'huile essentielle



MÉLISSÉ
HUILE ESSENTIELLE PURE
Melissa officinalis | 5 ml

La Mélisse, notre huile essentielle la plus rare, a un parfum d'agrumes à la fois sucré et frais, mais offre aussi tout un éventail de bienfaits.

- Contribue à apaiser les tensions
- En application locale, la Mélisse peut favoriser une sensation de détente
- Rajeunit la peau



MYRRHE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Commiphora myrrha | 15 ml

La Myrrhe, utilisée de diverses manières depuis plusieurs siècles, de la méditation à l'embaumement, est encore couramment recommandée de nos jours.

- Favorise l'équilibre émotionnel et le sentiment de bien-être
- Contient des propriétés uniques qui nettoie la peau et améliorent son aspect
- Apaise la peau



ORIGAN
HUILE ESSENTIELLE PURE

Origanum vulgare | 15 ml

Obtenu à partir des feuilles d'origan, elle s'adapte aux utilisations traditionnelles et modernes.

- Apporte une touche épicée et herbacée à vos plats
- Idéale dans les soupes, les salades et l'assaisonnement de n'importe quelle recette salée
- Une saveur et un parfum incroyablement piquants en cuisine

Voir page 21 pour l'Origan dilué en applicateur à bille



PATCHOULI
HUILE ESSENTIELLE PURE

Pogostemon cablin | 15 ml

Le Patchouli est facilement reconnaissable grâce à son parfum riche, musqué et sucré si caractéristique.

- Mélangez-la à d'autres huiles essentielles pour obtenir une eau de Cologne ou un parfum doux et musqué
- Peut être utilisée fréquemment pour permettre d'apaiser et de nettoyer la peau
- Peut favoriser une sensation de calme



MENTHE POIVRÉE
HUILE ESSENTIELLE PURE

Mentha piperita | 15 ml

Très appréciée de nos clients, la Menthe poivrée offre d'innombrables bienfaits pour la santé.

- Ajoute des saveurs rafraîchissantes et puissantes à vos smoothies, gâteaux et desserts
- Si vous sentez que la chaleur estivale vous accable, versez une goutte d'huile essentielle de Menthe poivrée dans un verre d'eau agrémenté de morceaux de fruits tels que des fraises et des tranches de citron vert pour profiter d'une boisson savoureuse

Voir page 21 pour la Menthe poivrée diluée en applicateur à bille



BILLES DE MENTHE POIVRÉE
BILLES D'HUILES ESSENTIELLES

Mentha piperita | 125 billes

Découvrez tous les bienfaits vivifiants et revigorants des billes solubles de Menthe poivrée.

- Gardez ces billes pratiques dans votre sac à main ou le sac à dos de votre enfant pour les avoir à portée de main pour un coup de pouce supplémentaire lorsque vous vous déplacez
- Offre tous les bienfaits de l'huile essentielle de Menthe poivrée



PETITGRAIN
HUILE ESSENTIELLE PURE

Citrus aurantium | 15 ml

Avec son parfum frais et légèrement herbacé, le Petitgrain a de nombreuses utilisations.

- L'application locale d'huile essentielle de Petitgrain peut favoriser un sentiment de calme et de détente
- Diluez et appliquez sur la peau pour atténuer les imperfections
- Les propriétés relaxantes de l'huile essentielle de Petitgrain peuvent être bénéfiques en massage



POIVRE ROSE
HUILE ESSENTIELLE PURE

Schinus molle | 5 ml

Arbre sacré pour les Incas, l'huile essentielle de faux poivrier odorant est obtenue à partir des fruits de cet arbuste. Une délicieuse huile essentielle pour épicer votre prochaine recette.

- Huile légèrement fruitée et poivrée qui apportera à coup sûr de la nouveauté et un goût prononcé
- Elle peut remplacer l'huile essentielle de Poivre noir pour relever les plats



CAMOMILLE ROMAINE
HUILE ESSENTIELLE PURE

Anthemis nobilis | 5 ml

L'huile essentielle de la plus polyvalente des camomilles est extraite de la fleur, qui ressemble à une marguerite, de la camomille romaine.

- Appliquez sur la plante des pieds à l'heure du coucher
- Pour des cheveux et un cuir chevelu sains
- Procure un effet calmant lorsqu'elle est appliquée sur la peau et le corps



ROSE
HUILE ESSENTIELLE PURE

Rosa damascena | 5 ml

Connue pour être la « Reine des huiles essentielles », la Rose est l'une des plus précieuses au monde. Les pétales de rose produisent un arôme floral doux renommé dans l'industrie des parfums et des huiles essentielles.

- La Rose a un parfum doux et floral aux vertus stimulantes
- Atténue les imperfections de la peau
- Pour un teint lisse

Voir page 23 pour la Rose diluée en applicateur à bille



ROMARIN
HUILE ESSENTIELLE PURE

Rosmarinus officinalis | 15 ml

Ingrédient sacré dans les civilisations grecques, romaines, égyptiennes et hébraïques, les utilisations du romarin sont multiples.

- Apporte une touche salée et herbacée aux viandes et spécialités culinaires
- Senteur herbacée et énergisante
- Ajoutez-en dans les viandes et dans vos plats principaux préférés pour plus de saveur



BOIS DE SANTAL
HUILE ESSENTIELLE PURE

Santalum album | 5 ml

Utilisée depuis des millénaires, l'huile essentielle de Bois de Santal offre tout un éventail d'applications.

- Pour une peau nette et radieuse
- Versez deux gouttes dans un bain chaud pour favoriser la détente
- Très appréciée traditionnellement en encens et utilisé pour la méditation dans le monde entier, pour augmenter la pleine conscience



BOIS DE SANTAL HAWAÏEN
HUILE ESSENTIELLE PURE

Santalum paniculatum | 5 ml

Obtenu à partir de l'arbre de santal, source renouvelable à Hawaï, l'huile essentielle de Bois de santal hawaïen doTERRA offre tout un éventail de bienfaits.

- Redonne éclat à votre peau et vos cheveux
- Souvent utilisée en application locale pendant la méditation et le yoga pour ses propriétés ressourçantes et stimulantes



SAPIN DE SIBÉRIE
HUILE ESSENTIELLE PURE

Abies sibirica | 15 ml

Avec son parfum frais et boisé, elle procure un effet apaisant et calmant lorsqu'elle est appliquée sur la peau

- Procure un effet apaisant lorsqu'on l'utilise en massage
- En application locale, apaise les irritations cutanées bénignes
- Masser sur la peau pour une sensation apaisante après une activité physique intense



MENTHE VERTE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Mentha spicata | 15 ml

Connue pour son goût doux et mentholé, la Menthe verte est couramment utilisée en cuisine.

- Une option plus douce lorsque l'huile essentielle de Menthe poivrée est un peu trop forte
- S'associe bien avec la Lavande, le Romarin, le Basilic, la Menthe poivrée et l'Eucalyptus
- Aromatise vos desserts, boissons, salades ou entrées



NARD DE L'HIMALAYA
HUILE ESSENTIELLE PURE
Nardostachys jatamansi | 5 ml

Le Nard de l'Himalaya est apprécié depuis des siècles, utilisé traditionnellement pour oindre les personnes importantes et dans la médecine ayurvédique indienne.

- Arôme réconfortant qui peut favoriser le calme et la détente
- Purifie la peau et favorise un teint net et éclatant en application locale
- Ajoutez-en quelques gouttes à votre crème hydratante pour lisser ou adoucir la peau



MANDARINE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Citrus reticulata | 15 ml

La Mandarine diffuse un parfum doux, acidulé et réconfortant, comme les autres huiles essentielles d'agrumes.

- Son goût rafraîchissant apporte une note acidulée à n'importe quelle recette à base d'agrumes
- Apporte une touche acidulée aux pâtisseries
- S'associe bien avec les huiles essentielles chaleureuses et épicées telles que la Cannelle de Ceylan ou le Clou de girofle



ARBRE À THÉ
HUILE ESSENTIELLE PURE
Melaleuca alternifolia | 15 ml

Parfois connu sous le nom de « Melaleuca », l'huile essentielle d'Arbre à thé contient 90 composés différents pour une multitude d'applications.

- Procure des bienfaits pour les cheveux, la peau et les ongles
- Réputée pour ses effets purifiants et rajeunissants qui procurent à la peau une fraîcheur revitalisante

Voir page 21 pour l'Arbre à thé dilué en applicateur à bille



THYM
HUILE ESSENTIELLE PURE
Thymus vulgaris | 15 ml

Connu principalement comme assaisonnement, le Thym produit une huile essentielle très puissante.

- Une saveur fraîche et herbacée
- Apporte une touche savoureuse et épicée à vos plats
- Idéale pour les marinades de viandes, les plats salés, le pain, etc...



CURCUMA
HUILE ESSENTIELLE PURE
Curcuma longa | 15 ml

Le curcuma est une plante aromatique de la famille du gingembre utilisée depuis des siècles en Chine, en Inde et au Sri Lanka. L'arôme chaud et épicé du Curcuma ajoute également une explosion de saveur dans vos plats salés préférés.

- Le Curcuma apporte une explosion de saveurs aux plats salés
- Ajoutez 1 à 2 gouttes dans du thé ou de l'eau pour créer une saveur herbacée subtile



VÉTIVER
HUILE ESSENTIELLE PURE
Vetiveria zizanioides | 15 ml

Le vétiver est particulièrement apprécié pour son arôme riche, exotique et complexe. Il est aussi un ingrédient couramment utilisé en parfumerie.

- L'huile essentielle de Vétiver est réputée pour ses propriétés ressourçantes lorsqu'elle est appliquée localement
- Utilisez-le dans le cadre d'un massage apaisant
- Appliquez sur la plante des pieds avant le coucher pour favoriser une atmosphère reposante avant de vous endormir



ORANGE DOUCE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Citrus sinensis | 15 ml

Pressée à froid à partir de l'écorce, elle est une des huiles essentielles les plus plébiscitées de doTERRA grâce à son parfum énergisant et ses nombreux bienfaits.

- Appliquez-la localement pour profiter de ses propriétés dynamisantes
- Pour une douche revigorante, ajoutez quelques gouttes d'huile essentielle à votre gel douche et faites mousser



GAULTHÉRIE
HUILE ESSENTIELLE PURE
Gaultheria fragrantissima | 15 ml

Le principal composé chimique de la Gaulthérie, le salicylate de méthyle, est utilisé dans les crèmes en application locale et les mélanges pour massage en raison de ses propriétés apaisantes.

- Réputée pour ses bienfaits apaisants et stimulants qui procurent un environnement frais et exaltant
- Utilisez comme huile de massage pour les mains, le dos et les jambes pour une sensation calmante et apaisante après une activité physique



YARROW|POM
UN DUO ACTIF DE PLANTES
30 ml

Yarrow|Pom associe les bienfaits de l'huile essentielle d'Achillée millefeuille bleue et de l'huile de graines de Grenade pressée à froid.

- L'achillée millefeuille et les graines de grenade permettent d'hydrater et de retrouver une peau saine, et peuvent contribuer à l'atténuation des imperfections
- Ajoutez-en à votre crème hydratante pour améliorer encore l'hydratation



YLANG YLANG
HUILE ESSENTIELLE PURE
Cananga odorata | 15 ml

L'Ylang Ylang, connu pour son parfum exquis, offre de multiples bienfaits.

- Propice à la relaxation lorsqu'on l'utilise en massage
- Appréciée pour sa senteur, elle est utilisée dans les parfums et les produits de soins capillaires
- Favorise la bonne humeur tout en procurant une sensation d'apaisement