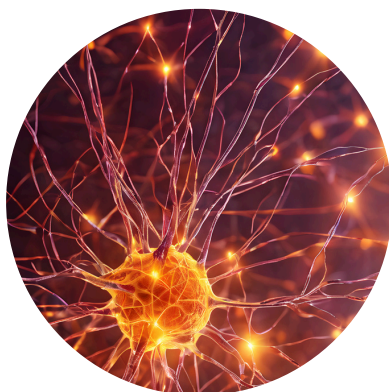


Gehirn und Nervensystem

E - B O O K



Die 5 Säulen.

1. T ä g l i c h e E n t g i f t u n g

RevitaZen+ entgiftende Mischung



Morgens & Abends vor dem Schlafen
1 Kapsel einnehmen.

Oder das Öl unter die Fusssohlen
und über die Leberregion einreiben.

Täglich ca. 5 Tropfen auf den Tag
verteilt mit Wasser gemischt
trinken. (1 Tropfen auf 3dl)



Zelluläre Reinigungs- und Regenerationsprozesse schützen
vor kognitiver Erschöpfung.

Dies erfordert tiefen Schlaf & aktive Entgiftungsorgane.

Unterstützende Faktoren

- Ausreichend Wasser
- Bewegung
- Schlaf
- Ausgewogene Ernährung

Ätherische Öle fördern natürliche Entgiftungsfunktion und
helfen auszuleiten.

Giftstoffreduktion im Alltag



Giftstoffe, Chemikalien, Synthetisches stören
und blockieren empfindlichen Abläufe.

Nutze natürliche, gesunde Produkte:

- Shampoo, Deo, Lippenpomade...
- Sonnenschutz & Pflege
- Neutrale Lotion zum Mischen mit Ölen.
- Feuchtigkeitscrèmes, Anti-Aging, Toner, Peelings, etc.
- Zahnpasta, Mücken- & Zeckenschutz
- Handseife, Waschmittel, Universalreiniger.

Entlaste Deinen Körper, damit er seine
Funktionen langfristig optimal und vital
ausführen kann.

2. G e s u n d e E n t z ü n d u n g s r e a k t i o n

Balance statt Überreaktion



- Täglich morgens und abends je 2 Tropfen unter der Zunge zergehen lassen. Oder in Leerkapsel einnehmen.
- Auf Schädelbasis und Fusssohlen massieren.
- Aus den Händen einatmen.

Chronischer Stress kann:

- Entzündungsprozesse fördern.
- Immunsystem belasten.
- Regeneration beeinträchtigen.

Ätherische Öle regulieren diesen Ablauf gezielt.

Unterstützung in Kapseln



Frankincense (Weihrauch)-Zweikammerkapsel - Hilft bei Entzündungen, fördert Zellgesundheit, bei Schmerzthemen. Gleicht aus. Nimm präventiv 1 Kapsel täglich.

Copaiba-Softgels - Unterstützt natürliche Entzündungsreaktion des Körpers. Beruhigt das zentrale Nervensystem. 1-2 Softgels nach Bedarf.



Turmeric-Zweikammerkapseln - Vereint verstärkte entzündungshemmende Wirkung aus Kurkumaextrakt und Kurkuma ätherisches Öl. Täglich 2 Kapseln.

Polyphenol-Komplex - Liefert Antioxidantien, die helfen, oxidativen Stress & Entzündungen zu reduzieren. Bei Schmerzthemen auch akut, zBsp vor/nach OP. Täglich 2 Kapseln.



Alle Produkte sind nach Bedarf kombinierbar.

Gesunde Immunreaktion

Stärkung des Immunsystems



- On Guard im Diffuser über die Atemwege.



- On Guard Roll-On täglich auf Fusssohlen und Wirbelsäule.



- On Guard Kügelchen mehrmals täglich schlucken.



- On Guard Zahnpasta und weitere Haushaltsprodukte verwenden.

On Guard Softgels: Ölmischung, Schwarzer Pfeffer, Melissa. Täglich 2 Softgels als Kur.



3. Schlaf & Regeneration

Nerven beruhigen - gesunden Schlaf fördern



In der Tiefschlafphase:

- Verarbeitung von Informationen.
- Regeneration des Nervensystems.
- Abtransport von Stoffwechselabfällen.
- Viele ätherische Öle sind bekannt für beruhigende Eigenschaften.
- Helfen, Stress abzubauen und emotionale Balance zu fördern.

Öle & Mischungen: Lavender, Vetiver, Roman chamomille, Cedarwood, Bergamot, Copaiba, Frankincense, Wild Orange, Serenity, Peace, Balance

Serenity - erholsame Mischung



- Fördert Ruhe & Gehirnregeneration.
- Gedankenkarussell loslassen & durchschlafen.
- Bei Ängsten, Gefühlen von gereizt sein.
- Macht nicht müde.
- Nimm 1-2 Kapseln 30 Min. vor dem Schlafengehen.
- Massiere 1-2 Tr mit etwas FOC auf Fussohlen.
- 2 Tropfen im Diffuser auf dem Nachttisch.
- Bad mit 4-5 Tr Serenity in etwas Honig gemischt & im Wasser verteilt.
- 5 Tropfen auf Duschwanne für Aromadusche.
- Spray auf Wasserbasis herstellen für Körper, Kleider, Bett, Raum.

Stressregulation

Mentale Kraft, Fokus & Ruhe



- **Rosemary** fördert Konzentration, Fokus & mentale Klarheit.
- **Peppermint** fördert Wachheit & Aufmerksamkeit. Bringt Sauerstoff in die Zellen.
- **Vetiver & Sandalwood** - erdend und helfen, Ruhe zu finden.
- **Frankincense** - neuroprotektive Eigenschaften. Unterstützung der Gehirngesundheit.
- Verbessert Gedächtnis & Konzentration.
- Im Diffuser beim Lernen, Arbeit, Raumluft
- Roll-On mit je 2-3 Tropfen & Trägeröl, auf Schläfen & Nacken auftragen.
- Riechstift mit Ölen tränken. Beim Lernen & in der Schule anwenden.

4. G e s u n d e D a r m f l o r a

Gesundes Mikrobiom ist essentiell



Gehirn kommuniziert ständig mit Verdauungstrakt über Nervensystem und Mikrobiom.

- **PB Assist+ & PB Restore.** Täglich 1 Kapsel oder 1 Sachet in den Mund, im Wasser auflösen oder ins Joghurt rühren.
- 13, bzw. 28 probiotische Bakterienstämme & präbiotische Ballaststoffe.
- **TerraZyme:** Enzyme zur verbesserten Aufnahme der Nährstoffe & regulierten Verdauung.
- **Fibre - Ballaststoffmischung:** Wichtig für gesunde Verdauung und ausgewogene Darmflora. Leinsamen, Flohsamenschalen, Apfelfasern, Tapioka, Topinambur, Baobab, natürliches Vitamin C, Lemon-Öl.
- Trägt zu einer normalen Verdauung bei, unterstützt, langanhaltende Sättigung & Energie.

5. Neuroprotektion

Essentielle Mikronährstoffe als Grundlage



LifeLongVitality =
LLV



Gehirn benötigt permanent essenzielle Baustoffe für zelluläre Energieproduktion & Protektion.

- Täglich hoch bioverfügbare Nährstoffe von innen für neuronale Flexibilität.
- Morgens und Abends je 2 Kapseln.
- Antioxidantien, Omega-3, Vitamine, Mineralien, Elektrolyte = Zellschutz
- Wohlbefinden und langfristige Vitalität.
- Energiestoffwechsel.
- Funktion des Immunsystems.
- Stress-Ruhemanagement.
- Herz-Kreislauf-Gesundheit.
- Gesunde Haare, Haut und Nägel, Knochen.
- Augen, Gehirn und Nervensystem.
- Funktion von Leber und Darm.

Das Wellnesspaket



Die tägliche Nährstoffzufuhr

Du wählst: Klassische Kapseln im oben genannten LLV oder das Monatspaket inkl. Probiotika.

VMG+ - Vitamine, Mineralien, Grünes

- Täglich 1 Beutel in ca. 3dl Flüssigkeit auflösen.
Im Wasser, Kokoswasser oä
- Perfekt ergänzbar mit allen Nahrungsergänzungen von dōTERRA in Pulverform.

PB Restore oder Assist+ - Probiotika

- Gib das Sachet in Deinen VMG+-Cocktail.

Omega 3-Fettsäuren

- Täglich 3 Kapseln oder 1 Beutel. Mit feinem Olivenöl mit äth. Lemonöl und Rosmarinextrakt.
Top über Salat oder Gemüse.

Paket in Kapselform, Sachets und vegan erhältlich.

Neuroprotection & Regeneration

Leistungstarker, gezielter Zellschutz



DDR Prime

- Antioxidantien - neuroprotektiv.
- Gesunde Zellregeneration.
- Zellgesundheit & Energieproduktion.
- Gesunde Entzündungsreaktion.

Frankincense, Wild Orange, Litsea, Thymian, Nelke,
Niaouli, Bohnenkraut, Lemongras

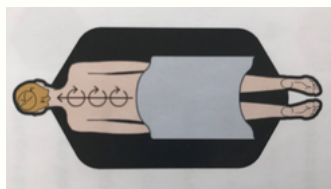
- 2-3 Tropfen in Leerkapsel, 2x mal pro Tag mit dem Essen einnehmen.
- DDR Prime ist Teil der doTERRA 30 Tage Entgiftungs- & Reinigungs-Kur.

EO Mega+ Kapseln oder Sachets

- Essentielle Fettsäuren - Gehirnfunktion & Zellgesundheit.
- Ätherisches Wild Orange-Öl (Limonene) - Verstärker der Wirkung.
- Rosmarinextrakt - Antioxydantien zur Blutdruckregulation & Herz-Kreislaufgesundheit.

Symphonie der Zellen

Die Wirbelsäule bietet schnellsten physischen Zugang zu Nervensystem.



Mögliche Gesundheitsthemen:

- ADHS
- Alzheimer
- Demenz
- Epilepsie
- Fibromyalgie
- Gedächtnisverlust
- Krampfanfälle
- Multiple Sklerose
- Parkinson
- Polyneuropathie
- Schlaganfall

Ablauf, verwendete Öle:

- Weihrauch
- Trägeröl
- Thymian
- Nelke
- Massagemischung
- Lemongrass
- Melissa/Arbovitae
- Kurkuma
- Patchouli
- Bergamot
- Peppermint

Körpersystem:

- Nervenssystem
- Bewegungsapparat
- Emotionales & limbisches System
- Herz-Kreislauf- & Endokrines System

Erhältlich bei www.aromazeug.ch



DIY R e z e p t e



Entgiftungsbad

- 360 Gramm Bittersalz
- 160 Gramm Natron
- 3-6 Tr RevitaZen+

Mischen - ins laufende Badewasser einrühren. Mind. 30 Minuten baden bei nicht mehr als 38 Grad.

Gern auch als Fussbad.

Ölmischung bei ADS und ADHS

- 2 Tr Zedernholz
- 2 Tr Weihrauch
- 2 Tr Lavendel
- 2 Tr Vetiver

In 10ml Roll-On mit FCO verdünnen.

1-2 Tr auf Nacken, Schläfen, Stirn, Fusssohlen.



Diebesmischung - Starke Abwehr

- 2 Tr Zimt
- 1 Tr Lavendel
- 1 Tr Eukalyptus
- je 1 Tr Lemon und Weihrauch
- 1 Tr Nelke
- 1 Tr Rosmarin

In 10ml Roll-On oder Pipette mit FCO mischen.

Zur Stärkung des Immunsystems und bei Infekten auf Fusssohlen und Hals auftragen.

- Öle auf Nacken, Schultern oder Fußsohlen auftragen, um Nerven zu beruhigen und Emotionen zu erden.

Jeder Körper ist unterschiedlich. Es ist wichtig, die Öle auszuprobieren. Teste, was für Dich am besten funktioniert.



Ängste & Sorgen



**Ölmischungen für Deine innere Ruhe,
Stimmungsausgleich, Stressreduktion,
um ganz bei Dir zu sein.**

- Pur oder als Roll-On immer dabei für zwischendurch im Auto, Zug, auf der Arbeit...
- Gleich morgens nach dem Aufstehen auf Fusssohlen, Nacken, Pulspunkte.
- Mach kleine Atempausen zwischendurch. Tief aus den Händen einatmen - ruhig in Situationen reingehen.
- Lass den Diffuser laufen. Zuhause, im Auto, auf der Arbeit.
- Nutze sie für Deine persönlichen Momente.

Auswirkungen auf die Stimmung

- **Wurzeln & Harze** → Bringen tiefe Ruhe und Erdung bei Unruhe & Angstzuständen.
- **Holz und Rinde** → Sorgen für innere Stabilität und stärken die emotionale Widerstandsfähigkeit.
- **Minzen** → Den Geist klären und die mentale Energie anregen.
- **Blumen** → Beruhigen das Herz & harmonisieren die Emotionen.
- **Schalen (Zitrusfrüchte)** → Erfrischen die Stimmung und bringen Leichtigkeit & Freude.
- **Samen & Gewürze** → Wärmen und stärken bei Müdigkeit oder innerer Schwäche.
- **Früchte und Beeren** → Reinigen, schützen und fördern die geistige Klarheit.
- **Nadeln und Zweige** → Erneuern den Geist und geben Kraft für den weiteren Weg.

