



30 olien collectie



30 oliën kit korte uitleg oliën

Wat zit er in de koffer? 😊



Pepermunt heeft een vertrouwde, herkenbare geur.

Verstuif deze olie om een frisse sfeer te creëren waardoor je je beter kunt concentreren.

Breng aan op de huid voor een verkoelend effect!

Kenmerken en voordelen:

- Verkoelend op vermoeide spieren na inspanning
- Creëert een gevoel van rust, focus, alertheid, concentratie
- Meng de olie met je favoriete shampoo of gebruik de olie op de huid na een dag in de zon voor een verkoelende werking
- Vermindert het hongergevoel.
- Is een goede olie om in te zetten bij spijsverteringsproblemen en geeft energie.
- Inhaleer de olie voor een boost in energie

Toepassingen:

- Verstuif tijdens het werk of in de buurt van kinderen die hun huiswerk maken; de geur zorgt voor concentratie en geeft energie.
- Breng voor of tijdens zware lichamelijke inspanning de olie verdunt aan met V6 op de borst of adem de olie in.
- Breng de olie aan op de huid om vermoeide spieren verkoeling te bieden.
- In de nek en op de schouders insmeren gedurende de dag om energiek te blijven.
- Combineer pepermuntolie met lavendelolie voor een rustgevende maar ook energieke lichaam-, nek- of voetmassage.

Contra indicatie: Zwangerschap, borstvoeding, hoge bloeddruk, baby en kleine kinderen



Orange heeft een geur die iedereen kent. Het is een olie met een verfrissend en kalmerend effect op lichaam en geest.

Let op: Citrus oliën kunnen lichtgevoeligheid veroorzaken.

Kenmerken voordelen:

- Blijve fijne olie, brengt positieve herinneringen naar boven
- Kalmerend en opwekkend
- Creëert een gevoel van rust bij stress
- Fijne olie voor kinderen of ouderen
- Ondersteunende werking om angsten te verminderen
- Orange versterkt je eigen IK, zelfbewust zijn en levenslust

Toepassingen:

- Diffuser, druppel op lavasteen sieraad, heerlijk voor jonge kinderen
- Op de huid voor een heerlijke handmassage of als handzeep
- Druppel op een zakdoekje
- Druppel op een liter water, heerlijke smaak, ondersteunt spijsvertering. Of onder de voetzolen smeren of bijvoorbeeld op de maag

Contra indicatie: pas op bij katten deze kunnen Citrus oliën niet afbreken
Vermijd tot 48 uur na aanbrengen van het product direct zonlicht of Uv-stralen.



Lavender (*Lavandula angustifolia*) heeft een bekende, bloemachtige geur. Lavendel wordt veel gebruikt in parfum, zeep, verfrissers en schoonheidsproducten. Het is één van onze meest populaire producten en uitermate geschikt voor beginners. Zeer veelzijdige olie

Kenmerken en voordelen:

- Rustgevend, Ontspannend
- Kalmerend en opwekkend
- De geur zorgt voor evenwicht in onze gevoelens
- Fijne nachtrust, angst verminderend
- Herstelend vermogen
- Huidverzorging

Weet je niet welke olie je in kan zetten?

Gebruik lavendel het Zwitsers zakmes onder de oliën

Toepassingen:

- Ontspannende massage of badolie
- Als parfum of deodorant
- Diffuser rust en ontspanning in de avond
- Huidverzorging in je dagcrème een dr. Toevoegen of als shampoo
- Fijne nachtrust druppel op je kussensloop of diffuser
- Te gebruiken bij insecten beten
- Tegen moten in de kleding kast
- Mieren verjagen op een dier vriendelijke manier, maak een spray met plantenspuit
- Bij de hond in nek en op staart 1 druppel, tegen de teken

Contra indicatie: Mogelijke huidgevoeligheid



Lemon heeft een frisse, vrolijke geur. Niet alleen je huid en haar hebben baat bij deze olie, maar ook je omgeving. Deze populaire olie kan op verschillende manieren gebruikt worden, bijvoorbeeld als toevoeging aan schoonmaakproducten of huidverzorgingsproducten. Citrusoliën kunnen lichtgevoeligheid veroorzaken.

Kenmerken en voordelen:

- Reinigend
- Slijmoplossend
- Ondersteunt gezond Immuunsysteem en spijsverteringsstelsel
- Kalmerend
- Verfrissend, helderheid, het werkt opwekkend voor lichaam en geest en verbetert de concentratie.

Toepassingen:

- Diffuser houd de lucht/ruimte schoon en fris
- Met een druppel pure citroen olie sticker restjes of kauwgom verwijderen
- Heerlijk een druppel op een liter water
- Vieze luchtjes 1-2 dr. op een watje en leg die in de koelkast/prullenbak/kast/muffe ruimtes om vieze geuren te verwijderen
- Zere keel 1 dr. in een glas water, even gorgelen en dan opdrinken

Contra indicatie:

Lemon olie mag niet worden toegepast op de huid die wordt blootgesteld aan direct zonlicht of zonnen bank binnen 24-78 uur. Kan huidirritatie veroorzaken; verdunning aanbevolen, vooral op de gevoelige gebieden zoals het gezicht, hals, genitale gebied, enz.



Purification ben je op zoek naar een snelle manier om je huis op te frissen na het eten of als de kinderen thuiskomen van voetbal? Gebruik Young Living Purification® om ruimtes op te frissen. Deze veelzijdige olie is ideaal voor muffe kantoren, vieze auto's en kinderkamers. Het is een uitstekende manier om de lucht te verversen zonder schadelijke chemicaliën en andere, vaak sterk ruikende, producten.

Kenmerken en voordelen:

- Zorgt voor een schone geur. Elimineert vervelende geurtjes. Verfrist muffe ruimtes
- Houd insecten op afstand
- Purification helpt je ook om zuiver te blijven in een belangrijk gesprek, presentatie, optreden of andere interacties die belangrijk zijn
- Kalmeert de huid

Toepassingen:

- Voeg enkele druppels toe aan de was voor heerlijk ruikende kleding.
- Breng enkele druppels aan op katoenen ballen en verberg ze voor een frisse, schone geur in luchtopeningen, lades, schoenen, vuilnisbakken, etc.
- Reist ontspannen en fris als u een paar druppels Purification op een wattenstaafje in de airconditioning van uw auto of hotelkamer aanbrengt, om de lucht in de omgeving te reinigen
- Gebruik in de auto (met een USB-verstuiver) om de geur van eten en sportschoolspullen te elimineren.
- Voeg toe aan een glazen fles met water en spuit het op beddengoed.
- Prik weg bij insecten te gebruiken verdund op de huid

Contra indicatie: zwanger, kleine kinderen, borst voeding, medicatie



Young Living R.C.® is een krachtige combinatie van spar, cipres en drie soorten eucalyptusolie (citriodora, globulus en radiata). Vooral geschikt om te verstuiven of aan te brengen op de huid voordat je naar de sportschool gaat. Ook geschikt als je wat extra motivatie kunt gebruiken.

Kenmerken en voordelen:

- Ondersteunt de gezonde luchtwegen
- Stimuleert slaap en zorgt voor een ontspannende sfeer in een muffe omgeving.
- Voeg de olie toe aan badwater of gebruik de olie in de douche voor verfrissing.
- Zorgt voor verfrissing van de huid.
- Kan gebruikt worden bij het sporten; stimuleert dieper ademhalen
- Ideaal om te verstuiven in de koude maanden, kuchen, kriebelkeel
- Breng de olie aan op de borst voor een frisse boos

Toepassingen:

- Breng voor je workout aan op de borst en nek om je te helpen ademhalen.
- Gebruik Young Living R.C. en Young Living V-6® voor een voet- of rug massage nadat je naar de sportschool bent geweest, gewandeld hebt of aan yoga hebt gedaan.
- Voeg enkele druppels olie toe aan een warm bad of douche. Het warme water kalmeert en de olie, in combinatie met de stoom van het water, geeft kracht en zorgt voor verfrissing.
- Begin de dag goed door Young Living R.C. op je borst en polsen aan te brengen.
- Breng 's avonds Young Living R.C. en Young Living V-6® aan op de borst voor verfrissing. Verdun het met plantaardige olie en masseer het op de borst, rug en



voeten. Kan ook als kompres worden gebruikt over de borst en rug.
Of smeer het op de plek waar nodig; bijvoorbeeld nek of keel.

Contra indicatie: zwangerschap, baby, kleine kinderen, borstvoeding, medicatie



PanAway™ is een populaire melange samengesteld door D. Gary Young. De melange heeft een frisse geur en heeft een verkoelend effect op de huid. Gebruik deze melange na het sporten om vermoeide spieren tot rust te brengen of als je behoefte hebt aan een frisse, stimulerende geurboost.

Kenmerken en voordelen:

- Frisse, stimulerende geur
- Kalmeert
- Verkwikkend
- Verkoelend na fysieke inspanning
- Zorgt voor een verkoelende sensatie bij aanbrenging op de schouders, nek en hoofdhuid

Toepassingen:

- Combineer met Young Living V-6® en gebruik het voor een massage na een inspannende lichamelijke activiteit.
- Breng de olie en Young Living V-6® 's ochtends aan op je nek en schouders voor een verfrissende geur.
- Breng de olie aan op de onderkant van je voeten voor een ontspannende voetmassage.
- Maak badzout door 10 druppels te mengen met 300 gram Epsomzout. Voeg het mengsel toe aan het badwater en ontspan.
- Wrijf 1 druppel olie en 4 druppels Young Living V-6® op de slapen als je gestrest of gefrustreerd bent.
- Gebruik een AromaGlide Roller Fitment en gebruik de olie tijdens het sporten.
- Bij maandelijks vrouwen klachten heerlijk voor op de buik, wrijf met de klok mee of maak een kompres die je op je buik legt.

Contra indicatie: zwangerschap, baby, borstvoeding, medicatie



DiGize is een melange van dragon, gember, pepermunt, jeneverbes, citroengras, anijs, venkel en patchoeli. De melange heeft een kruidige, exotische geur. Verstuif in huis, op kantoor of in de auto om te genieten van de kalmerende geur. Ook geschikt voor gebruik op de borst, polsen of buik.

Kenmerken en voordelen:

- Kruidige, pittige geur
- Heeft een geruwestellende werking bij aanbrenging op de huid
- Kalmerende geur

Toepassingen:

- Breng de olie na het eten aan op de huid en geniet van de frisse, kalmerende geur.
- Voeg de olie toe aan Young Living V-6® voor een verzachtende buikmassage.
- Breng enkele druppels aan in je handpalm en inhaleer de frisse, kalmerende geur.

Verstuiven:

- Neem deze melange mee op vakantie.



- Gebruik deze olie na het eten en de zoete, aardachtige geur zal het gezin nader tot elkaar brengen.
- Ga op weg met een USB-verstuiver en profiteer van deze ontspannende geur.

Ervaring:

DiGize heeft een kruidige, exotische geur en is uitermate geschikt voor verstuiwing of na grote maaltijden. De olie kan ook op de huid van de buik aangebracht worden voor een kalmerend effect.

Contra indicatie: zwangerschap, borstvoeding, medicatie, epilepsie



Thieves is een krachtige combinatie van kruidnagel, citroen, kaneelschors, eucalyptus radiata en rozemarijn. De melange heeft een volle, kruidige geur en is één van onze meest populaire producten. Het is dan ook geen verrassing dat de melange een belangrijk ingrediënt is in Thieves® Cleaner, Thieves® Waterless Hand Purifier en Thieves® Foaming Hand Soap.

Kenmerken en voordelen:

- Is reinigend bij aanbrenging op de huid, heerlijk als handzeep of wassen zonder water. Voor huishoudelijke schoonmaak, je was.
- Neutraliseert en verfrist de lucht
- Een echte reiniger

Toepassingen:

- Meng 5 druppels Thieves met 125 gram zuiveringszout om muffe tapijten op te frissen. Goed mengen en een nacht laten staan totdat de olie helemaal geabsorbeerd is. Strooi over het tapijt en stofzuig.
- Gebruik 6-8 druppels in een verstuiver.
- Combineer met enkele druppels sinaasappel, mandarijn, nootmuskaat of citroenmirte.
- Voeg enkele druppels toe aan Thieves Washing Up Liquid om vervelende geurtjes te elimineren.
- Voeg de melange toe aan je Thieves schoonmaakmiddelen.
- Heerlijk voetbad met epsomzout voor de najaars periode en winter.
- Combineer met V6 voor voetmassages. Hot stone massage
- De Thieves plus olie op een lepel honing bij een kriebel in de keel



Frankincense (*Boswellia carterii*) kan op verschillende manieren gebruikt worden. Verstuif deze olie tijdens het mediteren om spiritualiteit te stimuleren of voeg toe aan schoonheidsproducten om de huid te verzorgen. Frankincense heeft een aardse, opbeurende geur. Het is één van de hoofdingrediënt in Boswellia Wrinkle Cream™.

Kenmerken en voordelen:

- Zoet, honing- en houtachtig. Heeft een stimulerende geur
- Stimuleert een gezond uitziende huid. Vermindert ongelijke huidtinten
- Stimuleert ontspanning en rust
- Wisselende stemmingen
- Infectie werend. Slijm oplossend. Stimuleert het immuunsysteem
- Angst & verdriet
- Aardend

Toepassingen:

- Voeg toe aan moisturiser of je dagcrème om je natuurlijke schoonheid een boost te geven en je huid er egaler en gezonder uit te laten zien.



- Voeg enkele druppels toe aan Young Living V-6® en masseer in na inspanning.
- Verstuif deze olie dagelijks voor een spirituele ervaring.
- Verstuif tijdens de yoga voor een ontspannende en rustgevende sfeer. Helpt om beter bij jezelf te komen, te blijven
- 1 dr. Op je kruin bij een vol hoofd of in een rollertje verdunt over je kruin rollen
- Angst – laat 2/3 druppels onder de tong vallen.
- Bonkend hoofd of andere hoofd ongemakken– doe een druppel op je duim en druk die bovenin tegen je gehemelte en hou dit een paar tellen vast. Het is heel vies, maar het werkt echt!
- Heb je een insectenbeet? Het helpt het verminderen van jeuk en zwelling.
- De olie kan natuurlijk ook in de diffuser of als inhaler. Frankincense kan je ook plaatselijk of op chakra's/reflex punten aanbrengen.



White Angelica™ is een kalmerende melange die een gevoel van veiligheid en rust oproept. De melange bevat oliën die vroeger gebruikt werden om de aura van mensen te versterken. Veel mensen gebruiken deze melange als bescherming tegen negatieve energie. Zenuwstelsel en emotionele balans

Kenmerken en voordelen:

- Heeft een zoete, warme en bloemige geur
- Diffuse om een vredige en verzachtende omgeving te creëren.
- Brengt bescherming en veiligheid
- Blokkeert negatieve gedachten
- Draagt bij aan een gezonder uiterlijk van de huid
- Cultiveer stilte en kalmte wanneer je behoefte hebt aan een spiritueel moment door jezelf te omringen met deze rijke en warme geur. Yoga, meditatie, reiki.
- Voeg een elegante touch toe aan een ontspannend dagje spa met bloemengeuren als ylang-ylang, roos en geranium.

Toepassingen:

- Sweet Dreams: diffuser 4 druppels White Angelica en 4 druppels Peace & Calming
- Voeg het toe aan je favoriete vocht inbrengende crème om te profiteren van zijn schoonheidsvoordelen op de huid.
- Breng 2 tot 4 druppels aan te brengen op schouders, achter de oren, keel, langs wervelkolom, polsen, nek, kruin of op de reflexpunten onder de voeten. De olie hoeft **niet verdunt** te worden.
- Voeg 2 tot 4 druppels toe aan een natuurlijk badzout of gebruik een basis bad & douchegel voor in bad of onder de douche.
- Massageolie: verdun 1:15 met V6 of een natuurlijke massageolie voor een massage op het lichaam.
- Aura Spray: maak je eigen aura spray om jezelf te beschermen, inspireren en meer spiritualiteit te creëren. Gebruik 20 druppels White Angelica, een glazen 50 ml flesje. Vul 60% van het flesje met gedistilleerd water en vul de rest af met 70% alcohol.
- 2 druppeltjes op een nat doekje en gooi het bij de natte schone was in de droger.
- Breng het aan op je polsen en nek als een parfum om de hele dag te genieten van een heerlijke geur.
- Breng het aan voordat je gebruik maakt van de Raindrop Technique of elke andere massage of lichaamsbehandeling.

Contra indicatie: zwangerschap, borstvoeding, medicatie, kinderen



Wintergreen heeft een zoete, mint-achtige geur en kan gebruikt worden om hoofdpijn te verlichten en spieren te behandelen na lichamelijke inspanning.

Kenmerken en voordelen:

- De olie stimuleert mentaal en verhoogd de oplettendheid en het bewustzijn op alle niveaus van het zintuigenstelsel.
- Wintergreen olie werkt bij geestelijke traagheid en verstarring. Door die verstarring is het niet meer mogelijk om de meningen van anderen te accepteren en zelfs te veroordelen. Het zal je helpen de verstarring los te laten en je weer vrij te laten zijn in denken, doen en emoties.
- Verzacht het hart en de pijnlijke gevoelens die het met zich draagt
- Schudt je wakker en moedigt aan om het leven met andere ogen te bezien
- Motiveert om nooit op te geven, maar altijd 'gewoon' verder te gaan
- De olie heeft een zoete mint geur. Het bevat dezelfde werkzame stof (methylsalicylaat 90+%) als de berk. Methylsalicylaat wordt veel gebruikt in geneesmiddelen en sportcrèmes
- Heerlijk voor vermoeide en gespannen spieren
- Wintergreen olie is ook één van de gebruikte oliën in de Raindrop Techniek ontwikkeld door Gary Young zelf. De olie wordt tijdens deze techniek onverdund gebruikt op de ruggengraat.
- Wintergreen olie stimuleert blaas en nieren en helpt deze bij het afdrijven van overtollig vocht en afvalstoffen zoals urinezuur, zouten ed.
- Stimuleert de lever bij de verwijdering van gifstoffen

Toepassingen:

- verdund – verdunning, 1 deel essentiële olie: 2 delen V6/ plantaardige basisolie
- Breng enkele druppels (1-2) op het gewenste gebied.
- Toepassen op de chakra's / reflex punten.
- Diffuus, of inhaleer.

Contra indicatie: Kan mogelijk huidirritatie veroorzaken.

Bij zwangerschap, borstvoeding, kleine kinderen of onder dokters toezicht

Niet gebruiken bij epilepsie, gebruik bloedverdunners.

De antistollingseigenschappen kunnen worden versterkt wanneer het gebruikt wordt in combinatie met warfarine of aspirine.



Valor™ is één van onze meest populaire melanges. Het was één van de favoriete oliën van D. Gary Young. Valor is een unieke combinatie van zwarte spar, blauw boerenwormkruid, kamferhout, geranium en wierook en heeft een houtachtige geur. Gebruik deze melange om de dag positief te beginnen of om je hoofd leeg te maken na een lange dag.

Kenmerken en voordelen:

- De pittige, zoete, positieve geur geeft vertrouwen en moed.
- Rustgevend, kalmerend en balanceren.
- Invloed op onze gezonde spier-, bot- en zenuwstelsel, huid, limbisch stelsel (emotioneel) en emotionele balans
- Verfrist de omgeving en helpt de huid er beter uit te zien
- Geschikt voor gebruik bij yoga en meditatie



- Geschikt voor massages

Toepassingen:

- Breng enkele druppels (2-4) op het gewenste gebied. bijv. op de polsen, borst, keel, schedelbasis, onderkant van de voeten.
- Toepassen op de chakra's / reflex punten.
- Voeg 2- 4 dr. aan het badwater toe.
- Verdun 1:15 met V6 (YL) of een ander plantaardige basisolie voor een lichaamsmassage.
- Gebruik de olie met de Raindrop Techniek
- Angst / paniek / nervositeit / spanning / plankenkoorts wrijf 2 dr. onder de voeten, nek en op de borst en adem diep in, of wrijf 1 druppel op de polsen, of wrijf 1 dr. in de handen warm en maak een kommetje over de neus en mond en adem diep en rustig.
- Doorbloeding 2 dr. op de polsen en in de nek.
- Negatieve energie masseer 2 dr. op de slapen en de nek om het negatieve te weren en de energie te verhogen van je innerlijke kracht.
- Zelfvertrouwen / Innerlijke kracht, moed masseer 2 dr. over het hart, nek, slapen en polsen. Of wrijf 1 dr. in de handen warm en maak een kommetje over de neus en mond en inhaleer het rustig in. Of masseer 2 dr. onder de voeten. Bijv. voor een belangrijk gesprek / optreden / prestatie.

Contra indicatie: Verdunning is niet nodig. Kan mogelijk huidirritatie veroorzaken.

Bij zwangerschap of onder dokterstoezicht, raadpleeg uw arts.

Over het algemeen geschikt voor kinderen ouder dan 2 jaar



Cypress heeft een verse, kruidige geur die verfrist, herstelt en kalmeert. Vooral geschikt voor de koudere maanden en om de vette of geïrriteerde huid een handje te helpen.

Kenmerken en voordelen:

- Het brengt troost en dat kan prettig zijn in het winter seizoen en het ondersteunt het spijsvertering- en het luchtwegen stelsel.
- Kan het helpen bij een vette of onrustige huid.
- Vermogen om de bloedstroom te circuleren en reguleren
- Ondersteunt gezonde Hart- en bloedvaten stelsel, spieren en botten
- Het helpt met het gevoel van verloren zijn, te verzachten.
Het creëert een gevoel van veiligheid, aarding en helpt met het helen van emoties.

Toepassingen:

- Cypres olie is één van de Raindrop Techniek oliën.
- Ontspant de zenuwen en geeft een krachtige sfeer. Het scheidt een goede stemming en moedigt aan, brengt troost, kalmeert, geeft kracht en harmoniseert.
- Diffuse voor: Acceptatie problemen, angst, emotionele stress, negatieve ervaringen, rancune, rouwen, uitputting (mentaal of emotioneel), verbittering, moeite met vergeven, verdriet en wantrouwen.
- Gebruik de olie verdund (V6) bij een gevoelige huid.
- Deodorant 1dr. verdund met V6
- Huid Cypres en Tangerine (manderijn) olie met een kleine hoeveelheid V6 is een goede serum voor de huid.
- Insect werend middel verdund 2 dr. en breng aan op het gewenste gebied.

Contra indicatie: Kan huid irritatie veroorzaken, zwangerschap, borstvoeding, kleine kinderen



Thijme etherische olie heeft een rijk, kruidachtig aroma. Het is een belangrijk ingrediënt in Ortho Ease® Massage Oil en is geweldig voor gebruik na het sporten. Er wordt ook aangenomen dat het een gevoel van doel geeft wanneer het aromatisch wordt gebruikt

Kenmerken en voordelen:

- Het kan ondersteuning bieden aan het gezonde immuunsysteem, luchtwegen-, spijsvertering-, en zenuwstelsel en andere stelsels in het lichaam.
- Mentaal stimulerend en opwekkend
- Het is een 'hete' olie en is één van de oliën die onverdund gebruikt wordt tijdens de raindrop techniek.
- De soldaten in de oudheid hechtten vele waarde aan tijm voordat ze gingen strijden en wilden niet meer zonder. Het gaf hen niet alleen lichamelijke energie voor het uithoudingsvermogen maar het gaf hen ook begrip voor het mentale en spirituele, zodat zij hun bestemming en visie konden volgen, ook al was er misschien een negatieve uitkomst.
- Wanneer wij ons onveilig of onzeker voelen, kan de olie ons emotioneel ondersteuning bieden bij onze behoeftes en onze richting. Het zorgt voor bewust en verstandelijk denken, geeft begrip, wilskracht en moed, werkt opwekkend voor hart en geest en helpt bij concentratie.
- Het geeft energie bij mentale vermoeidheid, moedeloosheid en minderwaardigheidsgevoelens en zorgt ervoor dat het innerlijke vuur weer aan gewakkerd wordt zodat met moed, de moeilijke zaken aangepakt kunnen worden.
- Het helpt ook bij mensen die wispelturig zijn en een onvermogen voelen zich te "herpakken". De olie is dan ook zeer nuttig bij conflicten met zichzelf en/of de omgeving

Toepassingen:

- Gebruik de olie als je moe bent, bijv. onder de voeten, diffuse of gebruik de olie in het badwater.
- Door 1 dr. onder beide voeten aan te brengen kan de olie helpen voor ondersteuning van een gezond immuunsysteem tijdens de winter.
- Toepassen op de chakra's / reflex punten.
- Diffuus, of inhaleer.
- Kan worden gebruikt als voedingssupplement.
- 1 druppel olie in bijv. 2 theelepels honing. 1:8 verdunnen in vloeistof.
Hoewel het kan worden gebruikt als een voedingssupplement, is het raadzaam niet te gebruiken op deze manier voor kinderen onder de 6 jaar

Contra indicatie: Mogelijkheid tot irritatie aan de neusslijmvliezen of huid, door inhalatie vanuit het flesje, diffuse, of wanneer het onverdund op de huid wordt aangebracht. Kan mogelijk huidirritatie veroorzaken. Bij zwangerschap, hoge bloeddruk, of onder dokters toezicht, raadpleeg uw arts. Altijd verdunnen zowel voor uitwendig als inwendig gebruik. Buiten bereik van kinderen houden.



Aroma Siez™, een essentiële melange van Young Living, combineert de kalmerende en ontspannende eigenschappen van lavendel en pepermunt. Verstuif om te genieten van het rustgevende maar stimulerende aroma of voeg toe aan V-6-olie voor een ontspannende aromatische massage of voetmassage.



Kenmerken en voordelen:

- Aroma Siez essentiële olie is uitstekend geschikt om spieren na het sporten weer rust te geven. Het is een ontspannende blend die uitstekend geschikt is voor het wegmasseren van kleine ongemakken .
- Uitermate geschikt voor gebruik na lichamelijke inspanning of aan het einde van een zware dag, maar is ook verzachtend voor het hoofd, nek en voor vermoeide voeten.
- Het is één van de olie die in de Raindrop techniek wordt gebruik om dezelfde reden.
- Verkwikkend en kalmerend.
- Steunt ons in het vrijgeven van spanning in lichaam en geest. Helpt ons bij het loslaten van negatieve herinneringen die worden op een cellulair niveau vastzitten.
- Helpt ons om consistent te zijn in ons werk of bij projecten.

Toepassingen:

- Gebruik: verdund - 50:50 verdunning (een deel essentiële olie: één deel van plantaardige of draagolie)
- Breng enkele druppels (2-4) op de nek en rug
- Breng enkele druppels (2-4) om de spieren te ontspannen
- Breng aan de achterkant van de nek aan en laat de spanning of stress los
- Breng aan op chakra's / vitaflex punten
- Plaats deze olie direct op de spieren na de training en plaats een warm kompres op het gebied van comfort.

Contra indicatie: Zwangerschap, kleine kinderen, medicatie



Highest Potential™ etherische oliemelange heeft een rijk, exotisch, bloemig aroma dat een opbeurende en inspirerende sfeer creëert om duidelijkheid en focus te creëren bij alledaagse frustraties.

Kenmerken en voordelen:

- Hersteld vertrouwen, kalmerend, brengt emotionele en fysieke balans.
- Via inhalatie of in de diffuser, werkt Highest Potential tegelijkertijd kalmerend en opwekkend.
- Het is een spirituele olie, dit omdat het heel veel oliën bevat die in de bijbel al voorkwamen, waaronder Frankincense, Galbanum en Sandalwood.
- Deze olië helpt je om in contact te komen met de bron en laten je zien waar je eigen mogelijkheden liggen. Hij geeft je kracht en ondersteunt je zodat je je dromen kunt bereiken en verwezenlijken.

Toepassingen:

- 2-4 druppels op de oren, hart, achterkant van de nek in het kuiltje, polsen of holtes.
- Aanbrengen op de vitaflex punten/chakra's
- Inhaleren of in de diffuser.



Cedarwood. Het houtachtige, warme, balsamico-aroma van etherische olie van cederhout creëert een ontspannende, kalmerende en geruststellende atmosfeer wanneer het wordt verspreid om een ontspannen nachtelijke routine te ondersteunen. De reinigende en hydraterende eigenschappen van cederhout maken het ook tot een geweldige aanvulling op je favoriete huidverzorgingsproducten.

Wanneer het plaatselijk wordt aangebracht, kan het helpen het uiterlijk van een gezonde, jeugdige huid te behouden. Je kunt ook cederhoutolie in uw hoofdheid masseren om uw haar er gezond uit te laten zien.



Kenmerken en voordelen:

- Helpt de uitstraling van een jeugdige huid en gezond uitziend haar te behouden
- Heeft huid reinigende eigenschappen Aromatisch
- Ondersteunt gezonde Luchtweegen en zenuwstelsel.
- Werkt Kalmerend en emotionele balans.
- Creëert een ontspannende, kalmerende en geruststellende sfeer wanneer het wordt verspreid om een ontspannende nachtelijke routine te ondersteunen
- Is een natuurlijke deodorant

Toepassingen:

- Dagdromers diffuse. 1 dr. op een zakdoek en regelmatig inhaleren. 2 dr. 3 minuten inmasseren op de hoofdhuid.
- Emoties (heftig) 3 dr. eventueel met 2 dr. geranium en 2 dr. lemon in de diffuser.
- Stimuleert de haargroei en het verbetert de doorbloeding in de hersenen. Gebruik het wanneer je je duf voelt in het hoofd. Een paar druppeltjes olie, 3 minuten masseren op de hoofdhuid werkt verhelderend. Het is daarbij ook erg goed voor het haar, een soort haarmaskertje.
- Motten (verdrijven) 2 dr. op een doekje/watje en maak hiermee een luchtverfrisser en leg deze in de kledingkast.
- Onrustige honden of paarden diffuse in de ruimte of voeg 2-4 dr. toe aan een basisolie en masseer het dier.
- Slakken weren in de tuin kun je het gebruiken om een paar druppels aan het water toe te voegen.
- Ondersteun de luchtwegen. Stoombadje maken heet dampend water in een kom, voeg 1-2 dr. olie aan het water toe, leg een handdoek over het hoofd en de kom en inhaleer de dampen gedurende 3-4 minuten.
- Vliegen (weren) diffuse op plaatsen waar veel vliegen zijn

Contra indicatie: zwangerschap, kleine kinderen



Grapefruit. Het is deze zoete, verkwikkende geur die de etherische olie associeert met gevoelens van vreugde, voldoening en speelsheid. Grapefruit is niet alleen een heerlijke etherische olie om te verspreiden, maar het is ook een geweldige aanvulling op doe-het-zelf huidverzorgingsproducten.

Combineer het in een zoute bodyscrub met andere huid verstevigende essentiële oliën, zoals citroen en jeneverbes, voor een spa-ervaring thuis die uw huid een gladde glans geeft.

Kenmerken en voordelen:

- Is opbeurend en geeft energie
- Ondersteunt gezond Hart en bloedvaten stelsel
- Opwekkend, verfrissend, stimulerend, activerend en verheldert de geest en kan stress en angst verlichten
- Heeft huid reinigende eigenschappen
- Is een geweldige aanvulling op doe-het-zelf-huisreinigers
- Bevat de belangrijkste bestanddelen sabineen, limoneen en nootkatone

Toepassingen:

- Creëer een verfrissende kamer-spritzer door grapefruit, pepermint, sinaasappel, citroen, bergamot en gedestilleerd water in een glazen spuitfles te mengen.
- Gebruik het als onderdeel van uw huidverzorgingsprogramma in lotions, toners en reinigingsmiddelen voor een schone, gezond ogende huid.



- De olie werkt ontgiftend voor de organen, samentrekkend voor de huid en het heeft een gunstige invloed op de spijsvertering omdat grapefruit alkaloïde bevat.
Alkaloïde activeert de vorming van spijsverteringssappen.
- Diffuse de olie bij vermoeidheid, voorjaarsmoedigheid, angst, zwaarmoedigheid, slecht humeur, lusteloosheid, frustratie, enz.
- Verlichting van een jetlag
- Voeg de olie toe aan het badwater met een basis bad & douche gel (YL) of met een natuurlijk badzout voor stijve spieren, kou of vermoeidheid.
- Voeg de olie toe aan een plantaardige massage olie of V6 (YL) voor een lichaamsmassage. Werkt goed bij vermoeide, gespannen en stijve spieren.
- Drink je veel water? Voeg dan eens een druppel aan je waterflesje toe en merk de voordelen van deze olie.

Contra indicatie: medicatie gebruik anti psychotica, zwangerschap, kleine kinderen
Houd er rekening mee dat grapefruit een lichtgevoelige olie is.
Vermijd direct zonlicht of UV-stralen tot 12 uur na plaatselijke toepassing



Lemongrass biedt een verfijnd en ontspannend aroma dat de omgeving van uw huis kan veranderen in een geruststellend toevluchtsoord. Probeer citroengras te verspreiden voor een aroma dat u en uw gezin een gevoel van helderheid en ontspanning kan geven.

Kenmerken en voordelen:

- Door 3-4 druppels toe te voegen aan een gootsteen vol vaat, een lading wasgoed of je allesreinigerformule, kun je jezelf vervoeren met een exotische, schoon ruikende boost.
- Het ontspannende aroma maakt het ook een geweldige aanvulling op een massage na de training.
- Verbeter de dagelijkse taken door citroengras toe te voegen aan uw schoonmaakproducten, afwas en wasgoed.
- Kalmerend, Stimulerend en zuiverend, en mentale helderheid
- Ondersteunt gezond : Immuunsysteem, spierstelsel, botstelsel en zenuwstelsel

Toepassingen:

- De olie werkt kalmerend op het zenuwstelsel en geeft daardoor rust, kalmte en zelfvertrouwen.
- Diffuse de olie of inhaleer direct vanuit het flesje bij stress, irritatie of bij gemoedstoestanden van onzekerheid, falen en je verloren voelen.
- Voeg de olie toe aan een natuurlijke basis massage olie (bijv. V6) voor de koelende eigenschap van deze olie en voor de ondersteuning en versterking van de vaatwanden. Of gebruik de massage oliën Ortho sport of Ortho ease van YL.
- Diffuse de olie voor ondersteuning aan de luchtwegen

Contra indicatie: Zwangerschap, kleine kinderen, medicatie



Bergamot maakt het een geweldige aanvulling op je ochtendroutine en om je huishoudelijke taken op te vrolijken. De geelgroene schil van deze oranje vrucht wordt koud geperst om pure etherische olie te produceren. Hoewel Bergamot voornamelijk een scherp en opbeurend aroma heeft, zijn er ook zoete en ontspannende elementen, waardoor het een populaire toevoeging is aan parfums. Bergamot heeft de aandacht getrokken vanwege zijn huid reinigende eigenschappen en



zijn elegante geur maakt het een populaire toevoeging aan luxe shampoos, zeep en reinigingsmiddelen.

Kenmerken en voordelen:

- Kan alledaagse huidirritaties helpen kalmeren.
- Kan de verschijning van puistjes verminderen
- Ondersteunt gezonde Spijsverteringsstelsel, emotionele balans en de huid
- Zijn zoete, fruitige aroma is opbeurend, verfrissend en ontspannend
- Kan helpen bij het verlichten van spanning in tijden van incidentele stress

Toepassingen:

- Voeg het toe aan je favoriete nachtcrème voor een opwekkende geur en om onzuiverheden te verminderen.
- Creëer een kenmerkend parfum door bergamot te mengen met een bloemige middennoot, zoals jasmijn of geranium, en een muskusachtige basisnoot, zoals cederhout, patchoeli of wierook.
- Verspreid Bergamot thuis, in de klas of tijdens het werken om een opbeurende, positieve omgeving te creëren. Nodig rust uit in uw klas met deze vrolijke geur
- Help positiviteit op kantoor te stimuleren met dit opbeurende citrusaroma. Angst / emotionele problemen: Diffuus.
- Verdun 1 a 2 druppels en breng aan op de hartstreek.
- Verdun 2 druppels en breng aan op de vitaflex punten onder de voeten.
- Earl Grey thee (zelf maken) 1 druppel toevoegen aan je thee.
- Je kunt de olie toevoegen aan een ontspannend bad (eerst vermengen met epsomzout).
- Bestrijden van vermoeidheid: Masseer met een mengsel van 3 druppels Bergamot en 3 druppels Ylang Ylang verdund met V6. Diffuus.

Contra indicatie: zwanger, borstvoeding, het nemen van medicatie, of een medische aandoening, raadpleeg dan een arts voor gebruik



Kruidnagel heeft een pittige, warme geur die je meteen kent vanwege de connectie met herfst- en wintervakanties. Om etherische olie van kruidnagel te produceren, worden de bloemknop en de plantsteel met stoom gedestilleerd, en de rijke, sterke olie die het resultaat is van dit proces bevat eugenol. Dit krachtige bestanddeel maakt het een krachtige etherische olie, en kruidnagel toepassingen omvatten topische

toepassingen in massageoliën en producten voor persoonlijke verzorging.

Kenmerken en voordelen:

- Ondersteunen gezond Immuunsysteem, luchtwegen, hart en bloedvaten en spijsvertering.
- De hete en kruidige aroma kan het geheugen stimuleren / verbeteren (mentaal stimulerend) en creëert een gevoel van bescherming en moed. Het kan ook zorgen voor een goede nachtrust en dromen stimuleren.

Toepassingen:

- Gebruik: verdund – 1:4 verdunning (1 deel essentiële olie: 4 delen V6/ plantaardige basisolie) Breng enkele druppels (2-4) op het gewenste gebied.
- Toepassen op de chakra's / reflex punten.
- 1 druppel olie in bijv. 1 theelepeltje honing. 1:4 verdunnen in vloeistof.
- Kriebelhoest 1 dr. achter op de tong.
- Ongemakken in de mond b.v. tanden of tandvlees wrijf 1 dr. met de vinger op het tandvlees
- Kruidnagel etherische olie verdrijft motten, muggen, wespen en muizen.



- Stoppen met roken 1 dr. op het puntje van de tong.
- Kruidnagelolie in de diffuser helpt om geestelijke en lichamelijke oude wonden te genezen en knagende pijnen te verlichten.
- Versterkt de zelfhelende krachten in de mens en het gevoel van eigenwaarde. Kruidnagel werkt op het materialisme, hij maakt begrip van vergankelijkheid.
- Kruidnagelolie maakt het gemakkelijker oude bagage achter te laten en maakt ontvankelijk voor nieuwe ervaringen en indrukken.

Contra indicatie: nooit onverdund op de huid gebruiken, kan ernstige irritaties veroorzaken. Niet gebruiken tijdens zwangerschap. Kleine kinderen



Fennel heeft een zoete, aardse en anijsachtige geur die energie geeft en revitaliseert. De olie stimuleert de bloedsomloop, ademhaling en spijsvertering. Ook geschikt als ondersteuning tijdens de menstruatiecyclus.

Kenmerken en voordelen:

- Stimuleert gezond Spijsvertering-, en hormoonstelsel
- Het beïnvloedt en vergroot moed, levensduur, en zuivering en stimuleert activiteiten van het sympathische zenuwstelsel
- De geur kan giftige stoffen in het lichaam neutraliseren en olie werd vroeger al gebruikt door strijdkrachten voor moed.
- Het brengt harmonie en vriendelijkheid in een bepaalde sfeer en het is de olie van de vriendschap.
- Daarom zal het ons moed geven om te zuiveren, om te kijken naar het deel van onszelf, waar de eigenliefde ontbreekt.
- Het dwingt ons om vriendelijk en voorzichtig te kijken naar onze eigen afwijzing van je eigen ik, ons zelfbeeld en slachtoffer mentaliteit en het stimuleert je om je te durven uiten, en jezelf te zijn en zo deel te nemen aan het geheel.
- Het helpt bij het ordenen en verwerken van gevoelens, geeft innerlijke stabiliteit en meer helderheid.

Toepassingen:

- Diffuse de olie voor eenzaamheidsgevoelens en psychische versterking.
- Bij stress, nervositeit, gespannen sfeer diffuse de olie
- Voeg 2-6 dr. met een neutrale bad en douche gel (YL) aan je badwater toe
- Bij ongemakken van de spijsvertering, opgeblazen gevoel 2 dr. met een warm kompres op het gewenste gebied. Of 1-2 dr. in de thee, of met 1 eetlepel honing. Of verdun 1dr. olie met 1dr. V6 in een capsule (YL), 3x per dag, indien nodig.
- Slechte adem 1-2 dr. olie in een glas water en gebruik dit als mondspoeling.

Contra indicatie: Niet gebruiken bij epilepsie. Bij zwangerschap of onder dokters toezicht, raadpleeg uw arts. Kan mogelijk huidirritatie veroorzaken. Verdunnen is niet vereist; geschikt voor elke huid, behalve de meest gevoelige. Buiten het bereik van kinderen bewaren.



Peace and Calming: is een zachte, zoete melange en één van onze meest populaire producten. Perfect voor gebruik in de avond en voor het slapen gaan.

De olie is een zachte, lieflijke geurige mix. Gary Young heeft deze olie speciaal voor kinderen geformuleerd. Het werkt bijzonder kalmerend bij jonge kinderen na een overactieve en stressvolle dag.

Het helpt bij het loslaten van negatieve emoties en vermindering van angst en spanning. Het werkt opbeurend en rustgevend voor allerlei



emoties. Diffuse deze olie voor spanning te verminderen. Het geeft je een diep gevoel van tevredenheid en verfrist de geest.

Kenmerken en voordelen:

- Kalmeert het zenuwstelsel
- Helpt bij emotionele balans
- Kalmeren en balanceren.
- Als de geest rustig is, kun je je concentreren en helder denken. Deze olie laat ons toe om onze doelen en dromen te visualiseren naar waarheid d.m.v. ons hart. Het is in ons hart waar onze ware dromen leven en worden ondersteund.

Toepassingen:

- Kan helpen bij prikkel verwerking. Reflex punt van de hersenen is onder de grote teen, 1-2 dr. onder beide grote tenen aanbrengen.
- Angst 1 dr. in de nek aan de basis/onderkant van de schedel. Herhaal indien nodig.
- Massage (ontspanning) meng 2-4 dr. met V6.
- Onrustige benen wrijf 2-3 dr. op de benen en onderkant voeten.
- Lekker slapen (ondersteuning) wrijf 2 dr. op de polsen, nek, achter de oren, onderkant voeten en de grote tenen wrijf daarna de handen warm en maak een kommetje over neus en mond en adem rustig in. Diffuse.
- Stress / Spanning diffuse. Inhaleer. Wrijf 2-4 dr. op de polsen, nek, buik, onderkant voeten en de grote tenen.
- Tandknarsen diffuse. Breng 1-2 dr. aan op het kaakgewricht, buitenkant, net onder het oor (als je de mond open en dicht doet, voel je waar het kaakgewricht beweegt).
- Overactieve kinderen diffuse. 1-2 dr. verdund onder beide grote tenen.
- Overactieve huisdieren 1-2 dr. (on)verdund achter de oren.
Parfum 1 dr. achter de oren en verdund op de polsen.

Contra indicatie: kan huid irritatie veroorzaken, zwangerschap, kleine kinderen jonger dan 2 en voorzichtig met UV gedurende 24 uur (onder de voeten is dan een optie)



Joy De olie is een luxueuze, exotische mix die magnetische energie creëert en het hart vreugde brengt en een gevoel van romantiek geeft. Het heeft een positieve werking op je emoties en stemming. Het kan je helpen bij verdriet, depressie en andere emotionele gevoelens en herinneringen.

Gebruik je het als een parfum, dan is het een verleidelijke en onweerstaanbare geur die romantiek en samenhang oproept.

Het voordeel van deze olie is dat de geur lang blijft 'hangen' en je hebt er maar weinig van nodig. Bij gebruik in een diffuser, werkt het verfrissend en opwekkend.

Kenmerken en voordelen:

- De aangename geur is goed voor het hart, de geest en ziel.
- Heeft een opbeurende geur. Kan alleen of in combinatie met een YL verzorgingsproduct gebruikt worden.
- Bevat ylang ylang en zorgt voor een romantische sfeer.
- Breng de olie aan op je polsen of borst voor een vrolijk en gelukkige ervaring.
- Ondersteunt bij Zenuwstelsel en emotionele balans.
- Emotioneel kalmeren en balans.

Toepassingen:

- Aftershave wrijf 1 dr. op het gezicht en de nek.
- Deodorant wrijf 2 dr. onder de oksel.
- Bij Somberheid/ / Frustratie wrijf 1 dr. op de hartstreek en onder de voeten. 1 dr. op het puntje van de neus.
- Geurende was 2 dr. op een nat doekje in de wasdroger.
- Geurend / fris huis diffuse een paar druppels in huis, werkt verfrissend.
- Het Hart helen / openen 1 dr. in de hand, wrijf de handen warm, maak een kommetje over neus en mond en adem rustig in, plaats dan de hand op het hart.



- Libido (laag) wrijf 2 dr. op de hartstreek en op de voeten.
- Parfum 1 dr. achter de oren.
- Verdriet (ondersteuning) 1 dr. in de hand, wrijf de handen warm, maak een kommetje over de neus en mond en adem langzaam in, plaats dan je hand op het hart.
- Romantische sfeer diffuse. Voeg 2-4 dr. toe aan het badwater voor een heerlijke geur/sfeer. Draag het als parfum.

Contra indicatie: Kan mogelijk huidirritatie veroorzaken.

Bij zwangerschap of onder dokterstoezicht, raadpleeg uw arts.

Geschikt voor elke huid behalve de meest gevoelige huidtypes.

Over het algemeen geschikt voor kinderen ouder dan 2 jaar.

Vermijd gebruik op de huid die aan direct zonlicht of UV licht gedurende 12 uren.



Release helpt je loslaten bij wat je ook maar tegenhoudt!

Release essentiële olie is een zeer effectieve mix voor het vrijgeven van negatieve of traumatische herinneringen die zijn opgeslagen op een cellulair niveau. Deze olie is ook zeer nuttig in het vrijgeven van woede en andere negatieve emoties die worden opgeslagen in de lever.

Je kunt Release combineren met andere essentiële oliën om het loslaten te vergemakkelijken.

Bijvoorbeeld, gebruik eerst Inner Child of SARA om een emotie op te roepen;

Daarna kun je doorgaan met Clarity, zodat de redenen duidelijk worden van de achterliggende dingen waar we aan werken.

Daarna kun je met Release de herinneringen reinigen uit het lichaam.

Release doet altijd zijn werk.

Toch kan het fijn zijn om deze olie te combineren met andere oliën om helderheid te verschaffen aan welke emotioneel stuk je aan het werk bent.

Kenmerken en voordelen:

- Invloed op het Zenuwstelsel
- Kalmerend en balanceren.
- Wanneer we in staat zijn om de emoties die verbonden zijn met herinneringen die ons niet langer dienen los te laten, kunnen we verder gaan in ons leven. Ook worden we gezonder en sterker fysiek en emotioneel.
- Wat je ooit terughield om los te laten, daarbij kan Release je ondersteunen om het los te mogen laten!

Toepassingen:

- Breng meerdere druppels (2-4) om de polsen, de rand van de oren, de nek en voeten
- Voeg enkele druppels (2-4) aan badwater (wel oplossen in bijvoorbeeld epsomzout)
- Van toepassing zijn op punten vitaflex
- Rechtstreeks inhaleren
- Diffuse

Contra indicatie: Gevoeligheid van de huid, katten, Verdunnen voor het gebruik op gevoelige gebieden zoals het gezicht, de hals, genitale gebied, etc.. Baby en jonge kinderen



Raven™ is een melange van kalmerende oliën. Verstuif om een rustgevende sfeer te creëren of breng aan op de borst of hals. Raven is een blend van vijf oliën. Deze oliën zijn rustgevend, verfrissend en troostend wanneer toegepast op de borst en keel of Diffuse.

Diffuse Raven 's nachts tijdens het slapen. Doe een paar druppels in je bad water of op je kussen voordat je gaat slapen.



Kenmerken en voordelen:

- Het geeft kracht en meer energie.
- Rustgevend, verfrissend en troostend bij gebruik op de borst en keel of in de diffuser.
- Het helpt ons in het beter gevoelens uiten naar de buitenwereld door verdriet los te laten. Degenen die zich afgewezen voelen, verdriet en rouw vasthouden zullen merken dat ze deze emoties gaan loslaten.
- Zodra al deze negatieve emoties worden los gelaten, is het makkelijker voor ons om vreugde en hoop in ons leven te omarmen.

Toepassen:

- Verdun 1:1. Smeer enkele druppels (2-4) op de borst, in de nek of onder de voeten.
- Toepassen op de chakra's / reflex punten.
- Creëer een bruisende douche-ervaring door deze etherische olie met de stoom te verdampen.
- Inhaleer rechtstreeks zodra je wakker wordt om de dag te beginnen met een verfrissende ademhaling.
- Geef het hele huis een geur die aan een frisse bries door eucalyptusbomen doet denken. Kom met deze verfrissende geur tot rust na een drukke werkdag.
- **Diffuser tip:** 3 druppels Lavender + 3 druppels Peppermint + 3 druppels Raven
- Zorg met deze frisse geur dat klanten zich thuis voelen in je praktijk/salon
- Bied je kinderen tijdens het spelen of op school een verkoelende ademhaling.



Contra indicatie: zwangerschap, kleine kinderen, medicatie, medische aandoening, 12 uur UV licht vermijden.

Endoflex™ bevat oliën die de werking van organen, bloedsomloop, ademhaling en zenuwen ondersteunen. Kan ook helpen bij het behouden van een gezond gewicht.

De olie zorgt voor het behoud van de algehele vitaliteit door de combinatie van essentiële oliën dat diverse gezonden systemen in het

lichaam ondersteunen (klieren, bloedsomloop, luchtwegen, zenuwstelsel, voortplantingsorganen, enz)

Kenmerken en voordelen:

- Ondersteunt gezond Hormoonstelsel
- Emotioneel kalmerend en brengt balans
- EndoFlex promoot emoties van ontspannen, balans en eigenwaarde.
- Het helpt ons met het loslaten van emoties van ziekte, moeheid, controle en vast zitten.
- De olie zal je helpen om balans te vinden tussen pret maken en serieus zijn, je kunt het verleden loslaten en openstaan voor nieuwe manieren en inzichten zodat je verder kan.

Toepassingen:

- Diffuse voor ondersteuning voor gezonde hormonale balans en endocriene stelsel.
- Gezonde ondersteuning van de pijnappelklier, hypofyse, thymus, bijnier en bijschildklier.
- Breng 2 -4 dr. op onderrug, schildklier, lever, klieren, nieren, bijniere gebieden.
- Smeren op de huid voor gezonde Hormonale balans 2-3x per dag, 2-4 dr. op het gebied van de schildklier en bijnier of op de reflex punten rond de enkel

Contra indicatie: Kan mogelijk huidirritatie veroorzaken.

Bij zwangerschap, borstvoeding of onder dokterstoezicht, raadpleeg uw arts.

Buiten het bereik van kinderen bewaren.



Young Living Citrus Fresh® is een ontspannende, kalmerende melange geliefd door zowel kinderen als volwassenen. Ondersteunt algemeen welzijn en creëert een gevoel van welbevinden, creativiteit en vreugde. Kan gebruikt worden als luchtzuiveraar.

De olie is een ontspannende, rustgevende mix, geliefd bij zowel kinderen als volwassenen. Het bevat de krachtige antioxidant d-limoneen en ondersteunt het immuunsysteem en de algehele gezondheid. Het geeft een gevoel van welzijn, creativiteit en vreugde.

Kenmerken en voordelen:

- Ondersteuning gezond zenuwstelsel en immuunsysteem
- Werkt reinigend, ontspannend en opwekkend
- Deze olie stimuleert de rechterzijde van de hersenen die onze creativiteit en intuïtie controleert. Terwijl alle citrus oliën helpen met de verbetering van de mentale focus en helderheid die grotendeels door de linkerzijde van de hersenen worden gedomineerd. **Conclusie:** Citrus Fresh werkt voor beide zijden van de hersenen om ons te helpen om angst en stress los te laten.
- Omdat het balans geeft aan het lichaam en mentale evenwicht brengt, kan het zowel opwekkend en tegelijkertijd ontspannend en kalmerend werken.

Toepassingen:

- Citrus Fresh reinigt je lichaam en geest, maar ook je drinkwater. Gebruik het als een verfrissend sportdrinkje; voeg 1 dr. toe aan een glas water of sapje, of voeg het toe aan je flesje water, of maak je eigen waterijsjes voor een gezond en fris tussendoortje.
- Diffuse de olie om angst of stres te verminderen of breng 2 dr. aan onder de voeten (ivm zonlicht) of breng aan op polsen, rand van de oren of nek.
- Voeg 2-4 dr. toe aan een natuurlijk badzout of gebruik de basis bad & douche gel (YL) voor in bad of onder de douche.
- Verdun 1:15 met V-6 (YL) of met een plantaardige massage olie of voor een lichaamsmassage.
- **Tip** gebruik de olie als luchtverfrisser; een glazen flesje met spray, 6 dr. Purification en 5 dr. Citrus Fresh en vul het flesje af met water. Schudden voor gebruik

Contra indicatie: zwangerschap, borstvoeding, kleine kinderen, medicatie, medische aandoeningen, direct zonlicht UV straling vermijden 72 uur. (onder de voeten is dan een optie) pas op bij katten, kan huidgevoeligheid geven



Tea Tree is één van de meest gebruikte en onderzochte oliën ter wereld. Deze olie mag dan ook niet ontbreken in je collectie!

Theeboom heeft reinigende eigenschappen, een frisse geur en is veelzijdig.

Gebruik de olie als toevoeging aan huidverzorgingsproducten en schoonmaakproducten of maak je eigen producten.

Uitermate geschikt voor huid en haar!

Kenmerken en voordelen

- Vermindert vlekken
- Ondersteunt een gezonde hoofdhuid en gezond haar
- Houdt de huid en nagels gezond.
- Elimineert vervelende geurtjes
- Kan gebruikt worden als deodorant
- Kan in schoonmaak producten gebruikt worden

Toepassingen:

- Verlichting, verzachting ongemakken bij waterpokken:
Combineer Tea Tree met haverwortel en Lavender in een (wasbaar) theezakje en voeg hem toe in het badwater voor een heerlijk verzachtend bad moment



- Onzuiverheden op de huid: Breng 2-4 druppels olie op de huid aan om vlekken te verminderen. Verdunnen met een draagolie,
- Nare geurtjes in huis: Diffuse de olie 3 keer per dag voor 30 minuten om nare geurtjes in huis te verwijderen. Combineer met Citrus geuren zoals citroen of citroengras
- Gezonde huid: Breng de olie aan op de huid voor een gezonde uitziende huid.
- Ter verfrissing van het linnengoed: Voeg de olie toe aan een glazen sprayflacon gemengd met water en gebruik het als spray om beddengoed en handdoeken op te frissen.
- Huidverzorgings- en schoonmaakproducten: Voeg Tea Tree toe aan je huidverzorgings- en schoonmaakproducten; maak je eigen verfrissende zeep, deodorant of als toiletspray.
- Hoofdluis: Voeg Lavender en Tea Tree toe aan je shampoo.
Smeer 1 druppel Tea Tree in je nek.
Laat 1 druppel Tea Tree op de kraag van je jas vallen.

Contra indicatie: Raadpleeg een arts als je zwanger bent, borstvoeding geeft, medicijnen neemt of een medische aandoening hebt. Buiten bereik van kinderen houden.
Uitsluitend voor uitwendig gebruik.

Voor alles hierboven geldt het zijn richtlijnen, kijk altijd wat bij jezelf past.
Waar je je prettig bij voelt. Het is een kleine opsomming bij iedere olie om je op weg te helpen om deze heerlijke oliën te gebruiken.

Ga met klachten naar de huisarts.
Overleg bij twijfel met degene waardoor je de olie gebruikt.

Bij zwangerschap, borstvoeding en kleine kinderen is altijd voorzichtigheid geboden

Bij zwangerschap is het vooral vaak dat je sterker op geuren reageert.
Overleg met degene die je met de oliën in verbinding heeft gebracht.

Zet je oliën buiten bereik van kleine kinderen.

Bovenal geniet van de heerlijke oliën, creëer je eigen spa thuis

Liefs Jose