



# ערכת המשפחה

## HOME ESSENTIAL KIT

ערכת עזרה ראשונה טבעית זו מכילה 10 בקבוקונים: 6 שמנים בודדים ו-4 תערובות עצמיות בתקן טיפולי CPTG של חברת doTERRA. לכל שמן מספר רב של תכונות וייעודים, מה שהופך את הערכה לשימושית במיוחד בחיי יום-יום של משפחה. האיכות והטוהר שאופייניים לשמנים אתריים של doTERRA מבטיחים את הבטיחות והיעילות המקסימליים של הערכה.

הערכה מכילה:

שמנים: לבנדר, לימון, נענע, עץ התה, אורגנו, לבונה.  
תערובות: Deep Blue®, Breathe®, DigestZen®, On Guard®.

ערכה משפחתית הכוללת 10 שמנים אתריים ותערובות שלהם בתקן בדרגה הטיפולית CPTG®. ניתן בביטחון לשייך אותם לתכשירי עזרה ראשונה. הודות לדרכי השימוש המגוונות והתכונות הרבות של שמנים אתריים, הערכה המשפחתית עוזרת לדאוג לכל בני המשפחה בחיי היומיום ובמצבים בלתי צפויים.



## 6 שמנים בודדים

- אנטיביוטיקה של הטבע • תומך בבריאות המערכת החיסונית, מערכת העיכול ומערכת הנשימה.
- יוצר אפקט בוגד חמצון חזק בעת נטילתו • תומך במערכת הנשימה. • אנטי פטרייתי

D I T A



- טיפול בבעיות עור שונות, אקנה • אנטי פטרייתי • מייבש את הנזלת • מחזק מערכת חיסונית
- מקל על הנשימה • אנטי בקטריאלי • עוזר להרפס • מטפל באפלות

N I T A



- מנקה רעלים מהגוף בלקיחה פנימית • מוריד חום • מלבין את השיניים • מרומם
- מחזק מערכת חיסונית • מחזק ציפורניים • משתן • אנטיספטי • אנטי ויראלי
- הקלה על סמפטומים של אלרגיה אונתית • אנטי בקטריאלי
- מרענן • עוזר להרפס • מוריד חום

N I T A



- מפיג לחצים ומסייע לשינה עמוקה • מרגיע עור מגורה • בעל תכונות אנטיספטיות
- מסייע לכאבי מחזור • מקל על כאבי אוזניים • מרגיע עקיצות • אנטיאייג'ינג

N I T A



- מרגיע את הנפש • מרגיע את השיעול • בעל תכונות אנטיספטיות • משכך כאבים
- אנטי דלקטי • עושה שלום פנימי • אנטיאייג'ינג • ממקד ומפקס • מחדש את התאים
- מחזק מערכת חיסונית • נגד כאבי ראש

N I T A



- מרענן • משכך כאבים • מקרר • מוריד חום • תומך במערכת עיכול • נותן אנרגיה
- נגד עייפות, תשישות • מחדד מחשבה • הקלה על כאבי ראש

S I T A



- מחזק מערכת חיסונית • עוזר לכאבי גרון • עוזר לדלקות בדרכי השתן • נגד ציבון

S I T A



- תמיכה במערכת נשימה • עוזר לסינוסים • הקלה על סמפטומים של אלרגיה אונתית
- נגד ציבון, שיעול, ליחה, נזלת • מקל על סמפטומים של אסטמה

S T A



- תומך במערכת עיכול - כאבי בטן, גזים, נפיחויות, הרעלה, בחילות בנסיעה, תולעים

N I T A



- תומך במערכת שלד ושרירים • דלקות מפרקים • משכך כאבים
- משחרר שרירים תפוסים • הקלה על כאבי גדילה • עוזר למיגרנות

S T



## 4 תערובות

# טבלת הדילולים



## לימון - מרענן

### אופן שימוש:

שימוש מקומי

- לדלל עם שמן בסיס לפי טבלת הדילול ולמרוח על כפות רגליים ונקודות הדופק

### שימוש פנימי:

- ממיסים טיפה אחת של שמן לימון בכ 120- מ"ל מים לניקוי רעלין יומימי.
- הוסף שמן לימון למים לקבלת טעם מרענן או כחלופה למשקאות מוגדים ומשקאות ממותקים.
- הוסף שמן לימון לפינוקים ומתכוני הקיבוץ המועדפים עליך, לפונץ' מתוק.

### בשאיפה

- לשיפור מצב-רוח, השתמשו ב- 3-4 טיפות ביום בדיפוזר.
- לניקיון שולחות, שידות ומשטחים אחרים, ערבבו כמה טיפות של שמן עם מים, רססו ונגבו.

אחד השמנים האתריים הנפוצים ביותר של doTERRA, לשמן אתרי לימון יש יתרונות מרובים ושימושים מגוונים. כשמוסיפים אותו למים, שמן אתרי לימון מעודד תחושת רעננות וטוען אותך באנרגיה חיובית לכל היום. לימון מתווסף לרוב למזון בכדי לשפר את טעמם של הקינוחים והמנות העיקריות. ללימון יש ניחוח ממריץ ותורם לתחושת קלילות, שמחה ומצב רוח מרומם.

### יתרונות בולטים:

- מנקה ומחטא מספר אחד
- אנטי בקטריאלי מטהר
- מחזק מערכת חיסונית
- מרומם
- משתן
- מונע צילוק
- אנטיספטי
- אנטי ויראלי
- אנטי פטרייתי



## לבנדר - מרגיע

### אופן שימוש:

### שימוש חיצוני:

לשינה טובה מומלץ לטפטף 1-2 טיפות על הכרית, מצעים או כפות הרגליים. לטיפוח העור יש לערבב טיפה אחת של שמן עם 1 מ"ל של שמן קוקוס מזוקק או שמן בסיס אחר.

### אינהלציה:

יש להוסיף 3-4 טיפות ביום לדיפוזר. להוסיף מספר טיפות של שמן לבקבוק מים ולהתיז על מצעים, בחדר או במכונית לשיפור מצב הרוח.

שמן לבנדר פופולארי כבר מאות שנים בזכות מגוון רחב של שימושים בו. הוא מסייע במצב של נדודי שינה, מרגיע עצבים, משכך כאבים, מגן מפני חיידקים וממלא את הבית בניחוח של רוגע ושלווה.

לבנדר זכה לשימוש נרחב במהלך ההיסטוריה. רומאים ומצרים עתיקים השתמשו בו כתוסף לאמבטיות, בבישול, לבישום וגם ברגעי מנוחה. סגולות המרגוע של לבנדר הן התכונות הבולטות ביותר של הצמח. מרבית ההשתמש בלבנדר גם בטיפוח העור. הוספת שמן לבנדר לאמבטיה או מריחת השמן על הרקות והחלק האחורי של הצוואר מפיגה מתחים. מספר טיפות של שמן לבנדר על הכרית, המצעים או כפות הרגליים מבטיחים שינה רגועה ועמוקה. הרבגוניות של לבנדר מבטיחה לו מקום של כבוד בכל בית.

### יתרונות בולטים:

- מפיג לחצים ומסייע לשינה עמוקה
- מרגיע עור מגורה
- בעל תכונות אנטיספטיות ואנטי-היסטמיניות, נוגד חיידקים, פטריות ורעלים
- מסייע לשיכוך כאבים, משחרר כיווצים, נוגד דלקות
- מקל על דכאון



## לבונה - התחדשות ברמה התאית

### אופן שימוש:

### שאיפה:

- יש להוסיף 3-4 טיפות שמן לבונה לדיפוזר.

### שימוש חיצוני:

- יש למרוח 1-2 טיפות על אזור מסוים. לעור רגיש יש לדלל בשמן קוקוס מזוקק דוטררה.
- לאחר עבודת גופנית מאומצת, מרח 2-3 טיפות שמן לבונה על כפות הידיים ועסה אותן זו בזו להרגשה מחממת ומרגיעה.
- בשימוש מקומי מסייע במזעור פגמי עור.
- לחוויה מרגיעה ומאזנת המשפרת את מצב הרוח, יש לעסות שמן לבונה על כפות הרגליים.

### שימוש פנימי:

- טיפה אחת מתחת לששון כל בוקר.

שמן אתרי לבונה, המכונה לעיתים קרובות "מלך השמנים", מעניק תחושת רוגע ושלווה בשימוש ארומטי, ומשפיע באופן חיובי על הבריאות בשימוש מקומי.

שמן לבונה, נודע כאחד השמנים האתריים היקרים, רבי הערך והמוערכים ביותר הידועים לאנושות. בזכות סגולותיו הבריאותיות השתמשו בו בתרבויות שונות עוד בימי קדם. שמן לבונה מוזכר בתנ"ך ושימש גם את האשורים והבבלים כקטורת בטקסי הפולחן הדתי. המצרים הקדמונים השתמשו בשרף הלבונה ליצירת בשמים ואמצעים לריכוך העור.

ידע זה ונסיון שימוש עשיר בן מאות שנים בלבונה, מיושם היום בתחום הקוסמטי להאטה בהדקנות העור ולהקלה במחלות ופגמי עור.

שמן אתרי לבונה מהווה אמצעי טוב ביותר לתמיכה בתפקוד פעילות התאים. בשאיפה או מריחת שמן לבונה נוצרת תחושת רוגע, שחרור, שלוה ונינוחות.

### יתרונות בולטים:

- מחטא
- מחזק
- אנטי דלקתי
- מחמם
- מרגיע
- מחדש תאי עור



## נענע - מרענן וממריץ

### אופן שימוש:

שימוש פנימי:  
לריענון חלל הפה לערבב 2-3 טיפות שמן מנטה עם שמן לימון לכוס מים ולשטוף את הפה.  
שאיפה:  
להמרצה וריענון האוויר לטפטף 3-4 טיפות של שמן לתוך הדיפיוזר, להפצת השמנים האתריים באוויר.  
שימוש מקומי:  
למרוח על המקום לשיכוך כאבים לפני טבלת הדילול. אזהרה: יש לשמור הרחק מהישג ידם של ילדים.  
יש למנוע מגע עם עיניים, אוזניים ואיזורים רגישים נוספים.

### אופן שימוש:

לקיחה פנימית  
בעת בישול / אפייה של צלי, רוטב לספגטי, פיצה וכיו" - להוסיף טיפה לכף שמן זית ולהוסיף לתבשיל הוסף 1-2 טיפות לכמוסה ריקה לבליעה, כדי לתמוך בתפקוד בריא של מערכת הנשימה ומערכת חיסון.

### שימוש מקומי

אין להשתמש בשמן הטהור. יש לדלל טיפה אחת שמן אורגנו ב-5 מ"ל שמן בסיס כגון שמן קוקוס מזוקק של דוטרה. ניתן להשתמש בתערובת על כפות רגליים וגב לחיזוק מערכת חיסונית

### אופן שימוש:

שאיפה  
• הוסף 3-4 טיפות של שמן לדיפיוזר.  
• ניתן להשתמש בשמן להכנת ספריי לניקוי וחיטוי כל סוגי המשטחים בבית.  
• יש לדלל בשמן קוקוס מזוקק בכדי להפחית את רגישות העור. הוראות דילול: טיפה אחת של שמן אתרי עץ התה ב-1 מ"ל שמן קוקוס מזוקק דוטרה.  
• במידה וקיים גירוי עור מזדמן, יש למרוח 1-2 טיפות מהשמן על האזור המגורה.  
• ניתן להשתמש בשמן על עור הפנים לאחר הגילוח. כדי לשפר את תכונות הניקוי של מוצר קוסמטי, הוסיפו לו טיפה אחת מהשמן.  
• לצורך ניקוי וחיזוק הציפורניים מומלץ למרוח שמן עץ התה על הציפורניים לאחר המקלחת.

### שימוש חיצוני:

• מרחו על גירוי עור אזוריים והרפס לריפוי מהיר.  
• מרחו על כפות הרגליים והאצבעות לאחר מקלחת לריפוי והגנה מפני פטריות.  
• הוסיפו מספר טיפות לכוס מים לשטיפת גרון במקרה של כאבי גרון.

מנטה מין Peppermint תוארה לראשונה ע"י קרל ליניי בשנת 1753. אחוז גבוה של מנטול בשמן מנטה של doTERRA מבטיח את האיכות הגבוהה של השמן האתרי הזה ומבדיל אותו לטובה מהשמנים של יצרנים אחרים. מרבית ההשתמש בן הזה של מנטה ביצירת משחת שיניים ומסטיקים לרענון חלל הפה. השמן הזה הוא אחד מהשמנים הפופולריים ביותר של doTERRA.

### יתרונות בולטים:

- מסייע לריענון הנשימה
- מרחיק חרקים
- בעל תכונות אנטיביוטיקה ואנטיספטיות, נוגד וירוסים.
- נוגד דלקות, משכך כאבים, משחרר כיווצים, ממריץ



## אורגנו - אנטיביוטיקה מהטבע

אורגנו הוא אחד השמנים האתריים החזקים והעוצמתיים ביותר. השתמשו בו במשך מאות שנים ברפואה העממית המסורתית לשם ניקוי הגוף וחיזוק המערכת החיסונית. הרכיבים הכימיים העיקריים של שמן אורגנו הם קרווקרול ותימול השייכים לקבוצת הפנולים המתאפיינת בתכונות ניקוי ותכונות נוגדות חמצון. בשל כמות פנולים גדולה הנמצאת בשמן אורגנו, יש לנהוג בזהירות בשאיפה מכפות הידיים וכן בשאיפה דרך דיפיוזר - מספיקות רק 1-2 טיפות.  
במריחה על העור חובה לדלל את שמן האורגנו בשמן בסיס כגון שמן קוקוס מזוקק של דוטרה.  
טיפה אחת הנלקחת מדי יום יכולה לעזור לשמור על תפקוד מערכת החיסון. ניתן להגדיל מעט את מינון השמן בתקופת הצטננות או ע"פ הצורך.

אורגנו הינו תבלין פופולרי בבישול ובנוסף הוא מסייע לעיכול טוב. בתערובת הכוללת שמן אורגנו ושמנים נוספים, שמן אורגנו מחזק את פעולת השמנים האחרים ומשמש מעין זרז. בנטילה פנימית שמן אורגנו יכול לעזור לתמוך בתפקוד מערכת הנשימה.

### יתרונות בולטים:

- משמש כאמצעי ניקוי וטיהור רב עוצמה.
- בנטילה פנימית תומך בבריאות המערכת החיסונית, מערכת העיכול ומערכת הנשימה.
- יוצר אפקט נוגד חמצון חזק בעת נטילתו.
- מעניק טעם צמחי ברור בעת שימוש בבישול.



## שמן עץ התה - עזרה ראשונה לעור ושפתיים

עץ התה ידוע ביכולות הטיהור שלו. זהו צמח יעיל הן לניקוי העור, הן לחיטוי משטחים ביתיים והן לטיהור האוויר שמן אתרי טהור עץ התה (Melaleuca alternifolia) כולל יותר מ-90 תרכובות שונות והוא בעל אין ספור שימושים. השמן מופק בתהליך זיקוק מעלי הצמח. עלי עץ התה שימשו את האבוריג'ינים באוסטרליה במשך מאות שנים. הם היו כותשים ומועכים את העלים ואז מניחים אותם ישירות על העור ליצירת אפקט צינור. שמן עץ התה ידוע בעיקר בזכות תכונות הטיהור שלו. הינו ידוע כמנקה היטב את העור, מגן על העור ועל הציפורניים מפני זיהומים ויכול לתמוך במראה עור בריא. בנוסף, מרבית ההשתמש בעץ התה להרגעת העור. שמן עץ התה עשוי לעזור להרגעת העור במצבים של גירוי עור מזדמנים. שימוש בשמן עץ התה בדיפיוזר עשוי לטהר ולרענן את האוויר סביב

### יתרונות בולטים:

- אנטי פטרייתי
- מעורר את המערכת החיסונית
- מחטא
- נוגד דלקות
- אנטי ויראלי
- אנטי בקטריאלי
- אנטי ספטי



## תערובת On Guard® הגנה טבעית

אופן שימוש:

לקיחה פנימית:

- לכאב גרון לקחת טיפה אחת עם כפית דבש

שאיפה:

- הוסף את התערובת לדיפיזור בבית או בעבודה כדי לשפר את מצב הרוח וכדי ליצור אווירה חיובית. התערובת עוזרת לטיהור האוויר ותורמת להרגשה טובה.
- ניתן להשתמש בתערובת לחיטוי וניקוי משטחים כאמצעי ניקוי טבעי ולא רעיל.
- להכנת תרסיס יעיל לניקוי כללי, יש לדלל מספר טיפות במים.

שימוש מקומי:

- מרח טיפת שמן אחת או שתיים על אזור עור נבחר. לדלל בשמן קוקוס דוטררה לפי טבלת הדילול

תערובת "און גארד" בעלת הניחוח הייחודי, היא תערובת שמנים אתרים בדרגה טיפולית המוגנת בפטנט, המשמשת להגנה טבעית ויעילה על מערכת החיסון, תוך יתרונה כבעלת תכונות חיטוי.

התערובת מכילה שמנים אתריים מתפוז בר, ניצני ציפורן, עלי רוזמרין, עלי אקליפטוס וכן עלים וקליפת קינמון.

תערובת "און גארד" היא תערובת שמנים אתריים בדרגה טיפולית המספקת חלופה טבעית ויעילה לתמיכה במערכת החיסונית. התערובת מהווה אחת מתערובות השמנים האהובות והנמכרות ביותר שלנו, הודות לשמנים האתרים הכלולים בה, הידועים בהשפעתם החיובית על מערכת החיסון.

הודות לתכונות החיטוי שלה, ניתן להשתמש בתערובת לחיטוי וניקוי משטחים בבית, כאמצעי ניקוי טבעי ולא רעיל. בשימוש בדיפיזור, תערובת און-גארד מטהרת את האוויר, משפרת ומרוממת את מצב הרוח.

יתרונות בולטים:

- תומכת בבריאות מערכת החיסון והנשימה.
- מגינה מפני השפעות סביבתיות שליליות.
- תומכת בהגנות נוגדות החמצון הטבעיות של הגוף.
- יכולה לשפר את זרימת הדם.
- משפרת את מצב הרוח.



אופן שימוש:

שאיפה:

- כדי להגן מפני השפעות סביבתיות שליליות, כולל מחלות עונתיות בדרכי הנשימה, מומלץ שימוש בדיפיזור ובנוסף, רצוי לשאוף את השמן ישירות מכפות הידיים כאשר הן סוגרות סביב הפה והאף. השתמש ב- 3-4 טיפות בדיפיזור.
- השתמש מחוץ לבית כדי למזער את הסיכון למחלה עונתית.
- השתמש בדיפיזור בחדר השינה כדי ליצור אווירה מרגיעה ונינוחה.

שימוש מקומי:

- כדי להגן מפני השפעות סביבתיות שליליות, כולל מחלות עונתיות של דרכי הנשימה, מומלץ למרוח את התערובת על החזה או כפות הרגליים בדילול לפי טבלת הדילול.

אינהלציה:

- יש להוסיף 3-4 טיפות ביום לדיפיזור או לעשות אינהלציה חמה

## תערובת Breathe® ("נשימה") תמיכה במערכת הנשימה

תערובת שמנים Breathe® משלבת ביעילות רבה את היתרונות הרספירטוריים של עלי דפנה, מנטה חריפה, אקליפטוס, עץ התה, לימון, הל, רווינטסרה ורבנסרה.

התערובת מקדמת נשימה חופשית וקלה, תוך שמירה על חוסן המערכת החיסונית בתקופות של מחלות עונתיות.

ניתן למרוח באופן מקומי על החזה, הגב או כפות הרגליים, וכן לשאוף באמצעות דיפיזור לתחושת נינוחות ולשינה רגועה ועמוקה.

יתרונות בולטים:

- הקלה בדרכי הנשימה וריח רענן ומרגיע.
- מסייעת למזער את ההשפעות של אימים עונתיים.
- מקדמת שנת לילה נינוחה.



## תערובת DigestZen® תמיכה במערכת העיכול

אופן שימוש:

שימוש פנימי:

למניעת קלקול קיבה, הוסיפו כמה טיפות של תערובת לכוס מים ושתו לפני טיסה, נסיעה או טיול. לשמירה על העיכול בזמן 1/ או אחרי סעודת חג, נטלו פנימה 1-2 טיפות של תערובת DigestZen בקפסולה הצמחית, או בכפית דבש, או בכוס מים. קחו אתכם את DigestZen לטיול, או השתמשו בו כאשר אתם טועמים מוצרים חדשים על מנת להרגיע תחושת חוסר נוחות אפשרית בבטן. הוסיפו למים או לתה טיפה 1 של תערובת לשמירה על בריאות מערכת העיכול והכבד, 1-3 פעמים ביום, באופן יומיומי או לתקופות מסוימות, לפי הצורך.

שימוש חיצוני:

בתור תכשיר מרגיע, השתמשו בו לפני טיסה, או קחו אתכם בנסיעה; עסו בתנועות עיסוי קלות כמה טיפות של תערובת באזור הבטן. משך השימוש: בהתאם לצורך.

מחקרים מדעיים רבים הוכיחו אפקטיביות של שמנים אתריים כאשר מדובר בבעיות עיכול. תערובת השמנים הארומטיים המוגנת בפטנט, "דן העיכול", משלבת בצורה מוצלחת תכונות טיפוליות חזקות של שמנים, כגון ג'ינג'ר, נענע, טרגון, שומר, כמון, כוסברה ואניס. לכל רכיב יש תכונות מסוימות שהופכות את התערובת הזאת לאפקטיבית מאוד. בנטילה פנימה התערובת מרגיעה ומקלה על מערכת העיכול.

ל-DigestZen מכנים "מאלף הבטן" בשל יכולתו לסייע לעיכול, לעזור במקרה של קלקול קיבה וקלקול מעיים פתאומי, וגם הודות לסייע שלו לבריאות מערכת העיכול. תערובת של שמנים אתריים של ג'ינג'ר, שומר וכוסברה עוזרת למנוע תחושת חוסר נוחות בבטן, כולל במקרה של בחילות וקלקול קיבה, ואילו השמנים האתריים של נענע, טרגון, אניס וכמון עוזרים לעיכול ולשמירה על בריאות מערכת העיכול. טוב כשיש לכם את התכשיר הבטוח DigestZen בהישג יד במקרה של מיחושים בבטן פתאומיים. DigestZen היא הדרך הבריאה, הטבעית והעדינה המקלה על קלקול קיבה ומסייעת לבריאות מערכת העיכול.

יתרונות בולטים:

- מכיל תערובת שמנים אתריים בתקן CPTG®.
- משפר עיכול
- מסייע במקרה של קלקול קיבה ומעיים
- מפחית גזים ונפיחות בבטן
- בעל השפעה חיובית על הכבד
- בעל תכונות אנטי-בקטריאליות, נוגדות פטריות, נוגדות פרויטים, מחטאות, אנטיספטיות.
- בעל פעולה אנטי-דלקתית, עוזר להוצאת הליחה.



## תערובת Deep Blue® ("כחול עמוק") שמירה על המפרקים והשרירים

אופן שימוש:

- יש למרוח על הברכיים והרגליים לפני ואחרי אימון.
- לילד בתקופת הגדילה, ניתן לעשות עיסוי רגליים לפני השינה בתוספת שמן בסיס.
- להקלה אחרי שעות ארוכות מול המחשב או במהלך תנועה לעסות כמה טיפות על הגב התחתון.
- מרח על האזור הרצוי. יש לדלל עם שמן קוקוס מזוקק של doTERRA כדי למזער את רגישות העור.

נוסחה במיוחד לשחרור והרגעה של מערכת השרירים, משמשת את תערובת שמנים עשירה ומושלמת לעיסוי לאחר יום עבודה או פעילות גופנית מאומצת.

כל המרכיבים בתערובת הם שמנים אתריים טהורים בדרגה טיפולית, הפועלים יחדיו להרגעת הקלה לשרירים העייפים או הכואבים.

שילוב שמנים אתריים של קמפור, מנטה, חרצית כחולה, קמומיל גרמני, הליקריסום ואוסמנטוס עובד מעולה לשחרור והרגעת השרירים.

יתרונות בולטים:

- תערובת מרגיעה ומקררת של שמנים אתריים.
- אידיאלית לעיסוי מרגיע.

מרכיבים:

שמנים אתריים של וינטגרין, קמפור, מנטה, ילנג-ילנג, חרצית כחולה, קמומיל גרמני, הליקריסום ואוסמנטוס.



דרכי שימוש:

A שאיפה T שימוש חיצוני I שימוש פנימי S לדלל לילדים או לעור רגיש D חייב דילול N דילול לא חייב

# תערובות לדיפיוזר עם שמנים מערכת משפחה + שמן תפוז

## אנרגיה של הבוקר

2 Peppermint, 2 Lemon  
2 Peppermint, 2 Frankincense  
2 Lavender, 2 Lemon, 2 Wild orange  
2 Peppermint, 2 Wild orange

## צהריים בכיף

2 Frankincense, 2 Lemon, 2 Lavender

## נשימה קלה

4 Air/Breath  
2 Air/Breath, 2 Frankincense  
2 Air/Breath, 2 Tea Tree, 2 On guard

## תערובת חורפית

4 On Guard  
2 Frankincense, 2 On guard  
2 Lemon, 2 Tea Tree, 2 On guard  
2 Lemon, 2 Tea Tree, 2 Oregano

## עונות המעבר

2 Lavender, 2 Peppermint, 2 Lemon

## לשינה טובה

2 Lavender, 2 Frankincense

## אוויר נקי

2 Lemon, 2 Tea Tree  
2 On Guard, 2 Peppermint

## תערובת לריכוז

2 Frankincense, 2 Lemon

## פינוק של ספא

2 Lavender, 2 Air/Breath

## רוגע

2 Lavender, 2 Lemon  
2 Lavender, 2 Frankincense, 2 Wild orange  
2 Lavender, 2 Wild orange



054.6603796