

**Ako bojovať proti stresu a podporovať pohodu**

# Serenity®

Stres je významným prispievateľom k chorobám. Dokonca, odhadom asi 90% všetkých návštev lekárov sa nejakým spôsobom vzťahujú k stresu.

Serenity™, so svojou pokojnou obnovujúcou vôňou je dokonalým spôsobom, ako poraziť stres a čeliť svetu pokojnejším, pohodovejším spôsobom.

So svojou jemnou vôňou, zmesou upokojujúcich vôní Levandule, Majoránky, Harmančeka rímskeho, Ylang Ylangu, Santalového dreva od a Vanilky, je Serenity™ ideálnou voľbou na aromatické rozptyľovanie alebo masážnu aplikáciu.

## Ako ju použiť:

- Serenity, keď sa večer sa aplikuje na spodok chodidiel, je skvelý spôsob ako podporiť zdravý spánok.
- Keď sa Serenity pridá do teplého kúpeľa, vytvára dokonalý pokoj.
- Rozptýľte v spálni, obytných miestnostiach a v kancelárii.
- Aplikujte na spodok chodidiel, zápästia a na vonkajšiu stranu uší, kvôli relaxácii.
- Zmiešajte s frakcionovaným kokosovým olejom pre upokojujúcu masáž.

Serenity môže byť obzvlášť upokojujúca pre malé deti o stresujúcom dni plnom podnetov.

Serenity je zmes zostavená z jednotlivých olejov, ktoré majú známe upokojujúce vlastnosti, vytvárajú pocit pohody a relaxácie. Levanduľa, sladká majoránka, rímsky harmanček, ylang ylang, santalové drevo a vanilka vytvárajú jemnú vôňu ideálnu na aromatické rozptýlenie, alebo masážnu aplikáciu. Pri aplikácii na spodok chodidiel večer, dōTERRA®. Serenity je skvelý spôsob ako podporiť zdravý spánok. Keď sa pridá do teplého kúpeľa Serenity vytvára dokonalý únik svojou kludnou, obnovujúcou vôňou.

Na masážne alebo aromatické použitie.

Cena: €52,50

Ľahký spánok a prebúdzanie sa v noci môže byť spôsobené aj oslabenými obličkami. Prečítajte si aj [Návod na posilnenie obličiek.](#)

