

Starte gestärkt in den
Sommer

MIT EINFACHEN DIY-REZEPTEN AUS ÄTHERISCHEN ÖLEN



Im Juni sind die Tage länger hell – und damit auch der Wunsch, neue Energie zu tanken und voller Tatendrang in den Sommer zu starten.

Wenn Du Dich lebendiger fühlen möchtest, das Outdoor-Leben genießen oder Dir den Übergang zur nächsten Jahreszeit erleichtern möchtest, **unser Sommer-Leitfaden für Juni** hat genau die richtigen Produkte, die Dir dabei helfen.

Mit unseren einfachen DIY-Rezepten kannst Du natürliche Lösungen für alles kreieren, was Du diesen Sommer brauchst.

Essentials für sommerliche Tage

Deine Haut zu schützen ist sehr wichtig, wenn die Sonne scheint, und unsere leichte, schnell einziehende **Mineral Sunscreen Lotion** bietet Schutz gegen UVA- und UVB-Strahlen – ohne dabei weiße Rückstände zu hinterlassen.

Nach einem Sonnentag kannst Du Dich mit **Young Living's LavaDerm After-Sun Spray** erfrischen. Das Menthol aus der Pfefferminze sorgt für ein beruhigendes und kühlendes Gefühl auf der Haut und ist mit feuchtigkeitsspendenden Inhaltsstoffen wie Aloe Vera, Lavendel und Strohblume angereichert – der perfekte Begleiter nach einem Tag im Freien.

Und vergiss nicht, den empfindlichsten Teil Deiner Haut zu schützen – Deine Lippen! Unser **Lavendel Lip Balm** ist angereichert mit einer Vielzahl ätherischer Öle, die viel Feuchtigkeit spenden, sie weich machen und schützen.



Feuchtigkeitsspendendes Gesichtsserum mit ätherischem Karottensamenöl

Nimm eine leere 15 ml Flasche und füge je 10 Tropfen der ätherischen Öle aus Karottensamen, Copaiba, Geranie und Teebaum hinzu. Fülle den Rest der Flasche mit Jojobaöl auf. Wenn Du empfindliche Haut hast, solltest Du stärker verdünnen (20-30 ml Flasche).

Gib morgens und abends einige Tropfen auf Deine Haut als Teil Deiner Hautpflegeroutine für einen strahlenden Teint.

Steigere die Feuchtigkeit

Gib einen Tropfen Karottensamenöl zum Aloe Vera Gel, um trockener Haut an Sommertagen mehr Feuchtigkeit zu spenden.

Sommerlicher Glanz

Mische Karottensamenöl mit einem Trägeröl wie Haselnussöl und trage es auf die Haut auf, um einen gesund aussehenden Sommerglanz zu erhalten.



Abenteurergeist

Egal, ob Du gerade auf Entdeckungsreise bist oder einfach davon träumst, wir haben frische, holzige Aromen, die tolle Begleiter für Deine Outdoor-Abenteuer sind – oder Dir das Gefühl geben, mitten im Wald zu sein, wo auch immer Du bist.

Unser **Valor® Deodorant** hält unliebsame Gerüche im Zaum und lässt Dich waldfrisch duften! Die Kombination aus Schwarzfichte, blauem Rainfarn und Weihrauch neutralisiert Gerüche und sorgt für einen frischen, natürlichen Duft. Natron und Pfeilwurzpulver helfen, unliebsame Gerüche zu vertreiben, während Mangokern- und Kakaobutter Deiner Haut Feuchtigkeit spenden.

Die Öle aus **Zypresse** und **Eucalyptus Globulus** sind bekannt für ihr erfrischendes, sauberes und belebendes Aroma. Sie helfen bei der Atmung, vor allem wenn sie nach dem Sport für eine Massage verwendet werden. Dadurch kommst Du zur Ruhe und kannst Dich wieder fokussieren.

Young Livings V-6® Vegetable Oil Complex bietet eine reichhaltige, feuchtigkeitsspendende Kombination aus Pflanzenölen, die als Massageöl oder als Trägeröl für jede Art von Verdünnung ätherischer Öle oder DIY Rezepten genutzt werden können.



Entspannender Badezusatz

1 Tasse Epsomsalze

½ Tasse Natron

10 Tropfen Eucalyptus Globulus Öl

10 Tropfen Zypressenöl

Mische alle Zutaten und bewahre sie in einem verschließbaren Behälter auf. Gib ½ Tasse in warmes Wasser und bade 20 Minuten darin.



Massageöl nach dem Sport

2 Esslöffel Young Living V-6® Enhanced Vegetable Oil Complex

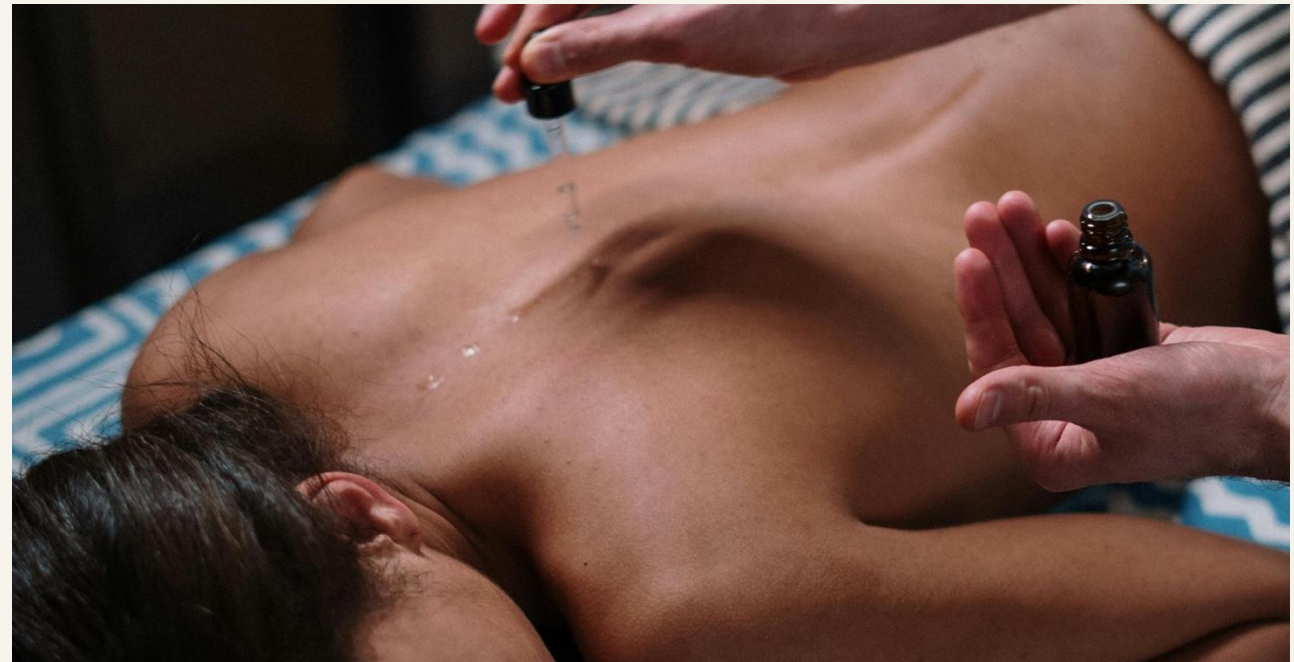
5 Tropfen Eucalyptus Globulus Öl

5 Tropfen Zypressenöl

Optional: 3 Tropfen Pfefferminzöl für einen kühlenden Effekt.

Mische alle Zutaten und bewahre sie in einer dunklen Glasflasche auf. Vor Gebrauch sanft schütteln und in die Haut einmassieren.

Wenn Du empfindliche Haut hast, solltest Du es weiter verdünnen.



Sommer im Freien

An langen Sommertagen verbringen wir natürlich mehr Zeit draußen und fühlen uns im Einklang mit der Natur—eine wirklich erfrischende Erfahrung.

Dieses Set ist voller frischer Zitrus- und Kräuteraromen und wurde entwickelt, um Dir zu helfen, die Natur bestmöglich zu genießen, ohne die kleinen Ablenkungen.

Unser **Zitronengrasöl** hat einen energetisierenden, spritzigen Duft, der erfrischt und revitalisiert. Es kann für Massagen verwendet werden und reinigt die Haut.

Pfefferminz-Eukalyptus-Öl belebt Deine Sinne mit seinem intensiven und frischen Duft. Es hilft beim Durchatmen und ist besonders beliebt bei denen, die im Sommer ihre Trainingsroutine beibehalten.

Citronella-Öl enthält Geraniol, dass dazu beiträgt, dass die Zeit, die wir draußen verbringen, ohne Ablenkungen verläuft. Außerdem fördert das frische, grüne Zitronenaroma eine beruhigende Atmosphäre.

Die **ätherische Ölmischung Young Living Purification®** ist ein frischer und duftender Mix aus sechs erdigen, ätherischen Ölen mit dem Aroma von süßen Zitronen und erdenden Kräutern. Es ist ideal, um den Kopf freizubekommen und mal tief durchzuatmen, und es beruhigt die Haut.



Spray für den Sommer in der Natur

30 ml Zaubernuss

30 ml Wasser

10 Tropfen Citronella-Öl

6 Tropfen Zitronengrasöl

3 Tropfen Pfefferminz-Eukalyptusöl

5 Tropfen Young Living Purification®

Young Living Purification® Spray

1 Esslöffel pflanzliches Glyzerin

1 Esslöffel Zaubernuss

180 ml Wasser

30 Tropfen Young Living Purification®

Young Living Purification® Facial Toner

Gib einen bis zwei Tropfen der Ölmischung Young Living Purification® auf einen Wattebausch und reibe damit sanft über Dein frisch gewaschenes Gesicht, um Deine Haut zu reinigen und zu beruhigen.



Der Geruch des Sommers

Die ätherischen Öle in diesem Set sind perfekt, um die Schönheit der Natur zu genießen und sich klar, erfrischt und bereit für einen Aufenthalt im Freien zu fühlen.

Pfefferminzöl ist eines der vielseitigsten Öle mit einem kühlenden und energetisierenden Duft, der Dir neue Energie gibt.

Lavendelöl hat ein beruhigendes, erfrischendes Aroma, das Dir hilft, eine klare, ruhige und entspannte Atmosphäre zu schaffen.

Zitronenöl hat einen belebenden, stimulierenden Duft, der eine warme und positive Atmosphäre fördert.

Rosmarinöl hat ein belebendes Aroma, das perfekt dazu geeignet ist, um Energie, Konzentration und mentale Klarheit zu fördern.

Teebaumöl wird für seine reinigenden Eigenschaften allgemein geschätzt und wird üblicherweise für die äußerliche Anwendung auf Haut, Haaren und Nägeln verwendet.



Breathe In Summer Blend

2 Tropfen Pfefferminzöl

2 Tropfen Lavendelöl

2 Tropfen Zitronenöl

Optional: Ein Tropfen Rosmarin- oder Teebaumöl

Verwende dieses erfrischende Aroma, wann immer Du etwas Unterstützung brauchst.

Erstelle Deinen eigenen Duft für „Breathe In Sommer“

– Multi-Applikator

7 Tropfen Pfefferminzöl

7 Tropfen Lavendelöl

7 Tropfen Zitronenöl

Optional: 4 Tropfen Teebaumöl

Vermische die ätherischen Öle in einem kleinen Behälter und gib sie dann auf den Baumwolldocht. Stecke den Baumwolldocht in den Multi-Applikator und verwende es, bis sich das Aroma verflüchtigt.



Die perfekten Sommerbegleiter

NingXia Red® Mocktails

Probiere diese erfrischenden und köstlichen
Mocktails mit NingXia Favourites aus!



Limette Zynger

Ein Spritzer NingXia Red®

1 Tube NingXia Nitro

1 Tropfen Limettenöl

1 Dose NingXia Zyng

Limettenscheiben

1. Gib einen Spritzer NingXia Red® in ein hohes Glas mit Eis.

2. Füge NingXia Nitro und einen Tropfen Limettenöl hinzu.

3. Fülle Dein Glas mit NingXia Zyng auf.

4. Presse eine Limettenscheibe aus und garniere dein Glas mit einer weiteren.



Cranberry-Himbeer-Spritzer

30 ml NingXia Red®

30 – 60 ml Cranberry-Himbeersaft

90 – 120 ml NingXia Zyng

Zitronenseiben

Frische Himbeeren

1. Gieße NingXia Red® und Cranberry-Himbeersaft in ein Champagnerglas.
2. Fülle alles mit NingXia Zyng auf.
3. Presse einen Zitronenscheibe aus und garniere dein Glas mit Himbeeren und einer Zitronenscheibe.