

# 1 (SLOVAK) Levanduový esenciálny olej / (SWEDISH) Eterisk lavendelolja / (ENGLISH) Lavender Essential Oil / (SRPSKI) Lavandino esencijalno ulje

**(SLOVAK) Výhody:** Levanduový esenciálny olej PRUDENS ponúka jemnú, upokojujúcu vôňu, ktorá zmieruje úzkosť, podporuje pokojný spánok a zmieruje svalové napätie. Je veštranný na relaxáciu, masáže alebo starostlivosť o pokožku, s prirodzenými antibakteriálnymi a upokojujúcimi vlastnosťami.

**Spôsob použitia:** Použite v difúzéri na upokojujúcu aromaterapiu alebo zriedite s nosným olejom na aplikáciu na pokožku alebo masáže.

**(SWEDISH) Fördelar:** PRUDENS eteriska lavendelolja har en mjuk, lugnande doft som är känd för att lindra ångest, främja vilsam sömn och minska muskelspänningar. Den är mångsidig för avslappning, massage eller hudvård, med naturliga antibakteriella och lugnande egenskaper.

**Användning:** Använd i en diffusor för lugnande aromaterapi eller späda ut med en bärarolja för applicering på huden eller för massage.

**(ENGLISH) Benefits:** PRUDENS Lavender Essential Oil offers a soft, soothing aroma known to relieve anxiety, promote restful sleep, and ease muscle tension. It is versatile for relaxation, massage, or skincare, with natural antibacterial and calming properties.

**How to Use:** Use in a diffuser for calming aromatherapy, or dilute with a carrier oil for application to skin or for massage.

**(SRPSKI) Prednosti:** PRUDENS Lavandino esencijalno ulje ima nean, umirujući miris poznat po ublažavanju anksioznosti, podsticanju mirnog sna i smanjenju napetosti mišića. Svestrano je za relaksaciju, masaz ili negu kože, sa prirodnim antibakterijskim i umirujućim svojstvima.

**Nacin upotrebe:** Koristite u difuzeru za umirujuu aromaterapiju ili razblaite sa baznim uljem za nanoenje na kou ili masau.

## 2 (SLOVAK) Grepový esenciálny olej / (SWEDISH) Eterisk grapefruktolja / (ENGLISH) Grapefruit Essential Oil / (SRPSKI) Esencijalno ulje grejpfruta

**(SLOVAK) Výhody:** Grepový esenciálny olej má osvieujúcu, povznášajúcu vôňu, ktorá povzbudzuje zmysly a podporuje pozitívnu náladu. Je známy svojimi detoxikantnými vlastnosťami a dobre funguje v energizujúcich zmesiach, starostlivosti o pokožku alebo difúzéroch.

**Spôsob použitia:** Pridajte niekoľko kvapiek do difúzera, primieajte do produktov starostlivosti o pokožku pre rozjasňujúci efekt alebo zmieajte s neutrálnymi nosnými olejmi na povznášajúcu lokálnu aplikáciu.

**(SWEDISH) Fördelar:** Eterisk grapefruktolja har en uppfriskande, upplyftande doft som stimulerar sinnena och stöder en positiv sinnesstämning. Den är känd för sina detoxifierande egenskaper och fungerar bra i energigivande blandningar, hudvård eller diffusorer.

**Användning:** Tillsätt några droppar i din diffusor, blanda i hudvårdsprodukter för en uppklarande effekt eller blanda med neutrala bäraroljor för en upplyftande topisk applicering.

**(ENGLISH) Benefits:** Grapefruit essential oil has a refreshing, uplifting scent that invigorates the senses and supports a positive mood. Its renowned for its detoxifying properties and works well in energizing blends, skincare, or diffusers.

**How to Use:** Add a few drops to your diffuser, mix into skincare for a brightening effect, or blend with neutral carrier oils for an uplifting topical application.

**(SRPSKI) Prednosti:** Esencijalno ulje grejpfruta ima osvežavajući, uzdižući miris koji podiže raspoloženje i podstiče pozitivno raspoloženje. Poznato je po svojim detoksikujućim svojstvima i dobro

funkcionie u energizujuim meavinama, nezi koe ili difuzerima.

**Nacin upotrebe:** Dodajte nekoliko kapi u difuzer, pomeajte u proizvode za negu koe za posvetljujui efekat ili pomeajte sa neutralnim baznim uljima za uzdiuu lokalnu primenu.

### 3 (SLOVAK) Bergamotový esenciálny olej / (SWEDISH) Eterisk bergamottolja / (ENGLISH) Bergamot Essential Oil / (SRPSKI) Esencijalno ulje bergamota

**(SLOVAK) Výhody:** Bergamotový esenciálny olej PRUDENS má svieiu, citrusovú vôu s kvetinovým nádychom. Je známy svojimi povznášajúcimi a istiacimi účinkami, podporuje emocionálnu pohodu a môže pomôcť vyrovnať mastnú pokožku a duševnú jasnosť.

**Spôsob použitia:** Difúzujte pre povznášajúcu atmosféru alebo zriete do produktov starostlivosti o pokožku. (Poznámka: ako pri iných citrusových olejoch, po lokálnej aplikácii použite ochranu pred slnkom.)

**(SWEDISH) Fördelar:** PRUDENS eteriska bergamottolja har en frisk, citrusaktig doft med en blommig nyans. Den är känd för sina humörhöjande och renande effekter, stöder emotionellt välbefinnande och kan hjälpa till att balansera fet hud och mental klarhet.

**Användning:** Använd i en diffusor för en upplyftande atmosfär eller späda ut i hudvårdsprodukter. (Notera: som med andra citrusoljor, använd solskydd efter topisk applicering.)

**(ENGLISH) Benefits:** PRUDENS Bergamot Essential Oil features a fresh, citrusy aroma with a floral hint. It's known for mood-lifting and cleansing effects, supports emotional well-being, and can help balance oily skin and mental clarity.

**How to Use:** Diffuse for an uplifting atmosphere or dilute into skincare. (Note: like other citrus oils, use sun protection after topical application.)

**(SRPSKI) Prednosti:** PRUDENS Esencijalno ulje bergamota ima sve, citrusni miris sa cvetnim nagovetajem. Poznato je po podizanju raspoloženja i pružavanju efekta, podržava emocionalno blagostanje i može pomoći u balansiranju masne kože i mentalnoj

jasnoi.

**Nacin upotrebe:** Difuzirajte za uzdiuu atmosferu ili razblaite u proizvodima za negu koe. (Napomena: kao i kod drugih citrusnih ulja, koristite zatitu od sunca nakon lokalne primene).

#### 4 (SLOVAK) Neroli esenciálny olej / (SWEDISH) Eterisk neroliolja / (ENGLISH) Neroli Essential Oil / (SRPSKI) Esencijalno ulje nerolija

**(SLOVAK) Výhody:** Parou destilovaný z kvetov horkého pomaranovníka, tento bohatý kvetinový olej podporuje emocionálnu rovnováhu, znižuje stres a podporuje regeneráciu pokožky ideálny na aromaterapiu, masáže a starostlivosť o pokožku.

**Spôsob použitia:** Aplikujte na pulzné body, použite v difúzéri alebo zmieajte s nosným olejom na omladenie pokožky a relaxáciu.

**(SWEDISH) Fördelar:** Ångdestillerad från bittra apelsinblommor, denna rika blommiga olja stöder emotionell balans, minskar stress och främjar hudregenerering idealisk för aromaterapi, massage och hudvård.

**Användning:** Använd på pulspunkter, i en diffusor eller blanda med en bärarolja för hudföryngring och avslappning.

**(ENGLISH) Benefits:** Steam-distilled from bitter orange blossoms, this rich floral oil supports emotional balance, reduces stress, and promotes skin regeneration ideal for aromatherapy, massage, and skincare.

**How to Use:** Use on pulse points, in a diffuser, or blended with a carrier oil for skin rejuvenation and relaxation.

**(SRPSKI) Prednosti:** Parom destilisano iz cvetova gorkog narančinog drveta, ovo bogato cvetno ulje podrava emocionalnu ravnotežu, smanjuje stres i podstiče regeneraciju kože idealno za aromaterapiju, masazu i negu kože.

**Nacin upotrebe:** Nanesite na pulsne tačke, koristite u difuzeru ili pomešajte sa baznim uljem za podmlaivanje kože i relaksaciju.

## 5 (SLOVAK) Harmanekový esenciálny olej / (SWEDISH) Eterisk kamomillolja / (ENGLISH) Chamomile Essential Oil / (SRPSKI) Esencijalno ulje kamilice

**(SLOVAK) Výhody:** Harmanekový esenciálny olej PRUDENS je jemný, upokojujúci extrakt uznávaný pre svoje upokojujúce a protizápalové výhody. Vhodný pre citlivú pokožku, emocionálny stres alebo relaxáciu pred spaním.

**Spôsob pouitia:** Difúzujte na relaxáciu alebo zriete na masá alebo starostlivosť o pokožku. Vynikajúci pre citlivé alebo reaktívne typy pokožky kvôli svojej upokojujúcej povahe.

**(SWEDISH) Fördelar:** PRUDENS eteriska kamomillolja är ett mildt, lugnande extrakt som är värdat för sina lugnande och antiinflammatoriska fördelar. Lämplig för känslig hud, emotionell stress eller avslappning före sänggåendet.

**Användning:** Använd i en diffusor för avslappning eller späd ut för massage eller hudvård. Utmärkt för känsliga eller reaktiva hudtyper på grund av dess lugnande natur.

**(ENGLISH) Benefits:** PRUDENS Chamomile Essential Oil is a gentle, soothing extract revered for its calming and anti-inflammatory benefits. Suitable for sensitive skin, emotional stress, or bedtime relaxation.

**How to Use:** Diffuse for relaxation or dilute for massage or skin-care. Excellent for sensitive or reactive skin types due to its soothing nature.

**(SRPSKI) Prednosti:** PRUDENS Esencijalno ulje kamilice je nean, umirujući ekstrakt poznat po svojim umirujućim i protivupalnim prednostima. Pogodno za osjetljivu kožu, emocionalni stres ili opuštanje pred spavanje.

**Nacin upotrebe:** Difuzirajte za relaksaciju ili razblaite za masau ili negu kože. Odlično za osjetljive ili reaktivne tipove kože zbog svoje

umirujue prirode.

## 6 (SLOVAK) Esenciálny olej slamienky / (SWEDISH) Eterisk helichrysumolja / (ENGLISH) Helichrysum Essential Oil / (SRPSKI) Esencijalno ulje smilja Helichrysum

(SLOVAK) **Výhody:** Esenciálny olej slamienky (Helichrysum) je parou destilovaný, 100**Spôsob použitia:** Zriete s nosným olejom na lokálne použitie ideálne na jazvy, jemné vrásky alebo obnovu pokoky. Môe sa difúzovať na emocionálnu rovnováhu.

(SWEDISH) **Fördelar:** Eterisk helichrysumolja (Immortelle) är ångdestillerad, 100**Användning:** Späd ut med en bärarolja för topisk användning idealisk för ärr, fina linjer eller hudåterhämtning. Den kan också användas i en diffusor för emotionell balans.

(ENGLISH) **Benefits:** Helichrysum (Immortelle) essential oil is steam-distilled, 100**How to Use:** Dilute with a carrier oil for topical use ideal for scars, fine lines, or skin recovery. It may also be diffused for emotional balance.

(SRPSKI) **Prednosti:** Esencijalno ulje smilja (Helichrysum) je parom destilisano, 100**Nacin upotrebe:** Razblaite sa baznim uljem za lokalnu upotrebu idealno za oiljke, fine linije ili oporavak koe. Moe se difuzirati za emocionalnu ravnoteu.