

The background of the cover is a soft-focus photograph of a person's face, likely a woman, with her eyes closed and a peaceful expression. She is wearing a light-colored, possibly white, top. The lighting is warm and natural, suggesting an outdoor setting. The overall aesthetic is clean, minimalist, and serene. The text is centered and overlaid on the image. There are also some decorative white line art elements, including a large loop on the right side and another on the bottom left.

SUMMER EBOOK

by Blooming Blends

Hallo Zomer!

Warm weer, zonovergoten dagen en vakanties (of staycations!) staan op de agenda, en wij zijn klaar voor de zomer met onze **favoriete oliën** en **Young Living-producten!** Hier zijn enkele van onze beste tips, trucs, recepten en DIY'S om optimaal van de zomermaanden te genieten.

Zomer huid

Twee eenvoudige stappen om dat strandlichaam te krijgen:

- 1. Heb een lichaam.**
- 2. Ga naar het strand.**

Het zou natuurlijk geen kwaad zijn als onze huid glad en stralend was, toch?!

Een paar van onze favoriete zomerbody
DIYS!



B L O O M I N G B L E N D S

Margarita body scrub na Hello Glow

- 150 gram - Je kunt gewoon zout, koosjer zout of Himalayazout gebruiken.
- 2 eetlepels V-6 olie
- 1-2 eetlepels tequila
- Sap van 1 limoen
- 1 a 2 druppels Lime essentiële olie

Meng alle ingrediënten in een kleine kom tot je een pasta hebt. Voeg indien nodig meer V-6 olie toe. Scrub vervolgens onder de douche.

Een waarschuwing: gebruik de scrub vóór het scheren, niet erna, omdat deze de huid kan bijten door het zout. De tequila en het limoensap zijn natuurlijke antiseptica, het zout exfolieert dode huidcellen en de V-6 olie voegt veel vocht toe!



Dit recept kun je het beste in de avond gebruiken ivm de Lime in het recept die fototoxisch kan zijn.

Grapefruit Body Smoothing Oil

- Cel-Lite Magic Massageolie
- Grapefruit essentiële olie



Meng in je handen één pompje Cel-Lite Magic + één druppel Grapefruit. Masseer in de benen en armen met cirkelvormige bewegingen. Ga door met alle gebieden die wat extra gladheid nodig hebben en zorg voor een schoonheidsslaapje! Zorg ervoor dat je eerst een douche neemt voordat je de zon in gaat!

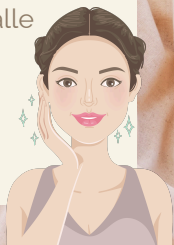
Ivm de aanwezige Grapefruit en de mogelijke fototoxische waarde adviseren we deze ook in de avond te gebruiken.

DIY Summer Glow-Serum

Gooi alle andere vochtinbrengende crèmes en serums weg, want deze is de game-changer! 's Ochtends en 's avonds aanbrengen voor een gezonde, stralende huid. (PS - CBD Beauty Boost heeft de bijnaam 'Botox in a Bottle' gekregen, dus je weet dat het goed is!)

- 50ml glazen druppelflesje
- 8 druppels CBD Beauty Boost (kies Loyalty als je de CBD niet hebt)
- 5 druppels Frankincense
- Optioneel: 2 druppels Blue Tansy essentiële olie
- Draagolie naar keuze: arganolie (fijn voor de droge huid), jojoba-olie (goed voor alle huidtypes), druivenpitolie (voor alle huidtypes)

B L O O M I N G B L E N D S



Diy Vitamine C Gezichtstoner

Vitamine C en Geranium zijn een dynamisch duo als het gaat om het verhelderen van de huid. Probeer deze eenvoudige toner eens terwijl we de zomer tegemoet gaan!

- 50ml glazen sprayflesje
- 1,5 theelepel Biologisch vitamine C-poeder
- 5 druppels Geranium
- 3 eetlepels gedestilleerd water
- Vul af met alcoholvrije toverhazelaar of Hydrosol

Meng vitamine C-poeder in het water tot het is opgelost, voeg dan Geranium toe en bedek met een toverhazelaar/hydrosol. Gebruik 's ochtends en 's avonds of zoals gewent.

Bewaar maximaal 2 weken bij kamertemperatuur of langer in de koelkast.

Wellness

is living in
alignment with
the needs of
your body,
mind and spirit.

Wellness

We doen het in de zomer wat rustiger aan met onze ritmes, maar we worden niet laks met onze **welzijnsroutines!** De zomer is een goed moment om ons echt te concentreren op geweldige dagelijkse welzijnsgevoonten die we kunnen voortzetten als de koudere maanden aanbreeken.

Hier zijn enkele eenvoudige dingen die we deze zomer elke dag doen om ons te concentreren op echte zelfzorg en algehele gezondheid.

- **Master Formula:** Onze favoriete dagelijkse multivitamine die een ENORME voedingsstoot biedt en ons helpt te werken aan dagelijks welzijn. De voorverpakte capsules maken reizen met dit supplement ook heel gemakkelijk!

Wellness

- **Dagelijkse NingXia Red:** Als er maar één gewoonte was waarmee je tijdens de zomer zou kunnen beginnen of doorgaan, dan zou het een dagelijkse dosis NingXia Red zijn! Dit heerlijke supplement is een krachtpatser van antioxidanten en voedingsstoffen die we voor iedereen in het gezin willen hebben.
- **Wellnessroller:** We rollen deze rollerblend het hele jaar door 's ochtends en 's avonds over de lymfeklieren, op de voeten of langs de wervelkolom en gebruiken het indien nodig vaker! Voeg aan een roller van 10 ml toe:

7 druppels Thieves, Lemon & Purification
(<12 jaar Lavender & Lemon volgens de verdunningstabel)



A beach scene with waves, sand, and a starfish, overlaid with a semi-transparent tan rectangle containing text. The text is in a bold, serif font, stacked in four lines. The background shows the texture of the sand and the white foam of the waves. A white, looping line is drawn over the tan rectangle, starting from the top right and ending at the bottom left.

**DIFFUSE
THE
SUMMER
VIBES**

Diffuze

Zet 24/7 de diffusers aan.

Als we wakker zijn, gaat onze diffuser aan. Diffusen is zo'n fijn deel van onze dagelijkse routine. Niet alleen zal het huis of kantoor (of auto) heerlijk ruiken, je profiteert ook van de voordelen van het inademen van de oliën. Onze diffusers staan altijd aan, ook als we slapen.

- Start de ochtend met R.C + Lemon om iedereen op gang te krijgen en de luchtwegen te ondersteunen.
- Na de drukke ochtendspits diffuse je voor een relaxte middag Lavender, Grapefruit + Vanilla.
- Heb je een inkakker? Met Peppermint + Tangerine + Stress Away. is deze zo voorbij
- Sluit de dag af met Thieves + Cedarwood voor een goede weerstand en lekker te slapen.



B L O O M I N G B L E N D S

Summer bloekbanger Blends

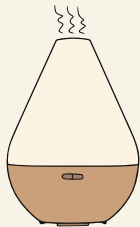
Heb jij een favoriete zomerfilm?! Deze blends doen denken aan warme nachten in het gras terwijl we met onze favoriete mensen naar onze favoriete films of series kijken.

Onderstaande blends zijn echt heerlijk. Kijk wel even hoe groot je ruimte is en pas de blend eventueel iets aan. 1 druppel essentiële olie in een volle diffuser per 6-8m².

- **Sweet Magnolias:** 4 druppels Orange + 3 druppels Vanilla + 3 druppels Grapefruit + 2 druppels Lime
- **Emily in Paris:** 4 druppels Jasmine + 3 druppels Tangerine + 3 druppels Ylang Ylang + 2 druppels Lime

Summer blockbuster Blends

- **Yellowstone:** 4 druppels Northern Lights Black Spruce + 3 druppels Bergamot + 3 druppels Vanilla + 2 druppels Clove
- **Grease:** 4 druppels Stress Away + 3 druppels Neroli or Orange + 4 druppels Jasmine
- **50 First Dates:** 5 druppels KidPower + 3 druppels Ylang ylang + 3 druppels Lavender
- **Mama Mia:** 4 druppels Royal Hawaiian Sandalwood + 3 druppels Lime + 3 druppels Lemon + 2 druppels Tangerine



The background features a light-colored, textured surface, possibly wood or stone, with several seashells scattered across it. The shells vary in color, including shades of beige, cream, and light brown. A semi-transparent white rectangular box is centered over the image, containing the text. The text is in white, with 'Let's have some' and 'in the' in a simple sans-serif font, while 'Fun' and 'Summer' are in a large, elegant cursive script. Thin white decorative lines are also present, curving around the text box.

Let's have some

Fun

in the

Summer

Lof in de Zon

Dit is het seizoen voor **warme, zonnige dagen**, en we willen er elke seconde van genieten op een **gezonde manier**. Hier zijn onze top drie benodigheden voor veilig, gezond **plezier in de zon!**

Minerale zonnebrandcrème

Zonder enige twijfel is de Young Living Mineral Sunscreen onze favoriete zonnebrandcrème. Het voldoet aan al onze eisen: rifveilig, effectief, volledig natuurlijk, geweldig voor alle huidtypes, niet-nano-zink, verstopt de poriën niet.
Perfect toch?!

Snelle tip Voor een gemakkelijke toepassing (vooral bij kinderen!), kun je de zonnebrandcrème op het gezicht deppen en inwrijven met een make-up kwast of beautyblender. Je kunt ook de zonnebrandcrème op de borstel deppen en vervolgens op de huid aanbrengen.

B L O O M I N G B L E N D S



Lof in de Zon

LavaDerm Aftersunspray

LavaDerm After Sun Spray is de BFF van jouw huid na het zonnen. **LavaDerm brengt verlichting** of je huid nu wel of niet iets te veel zon of wind heeft gezien. Deze spray zorgt ervoor dat jouw huid gekalmeerd en verfrist voelt. Breng na een dag in de buitenlucht aan voor een zucht van verlichting.

Snelle tip Als je zo snel mogelijk verlichting nodig hebt en geen LavaDerm bij de hand hebt, probeer dan deze DIY After Sun Spray:

- 50ml sprayfles
- 10 druppels elk Lavendel, Frankincense
- 8 druppels Tea Tree en Peppermint
- V-6 Plantaardige oliedrager of drager naar keuze



Lof in de Zon

Cooling Mist

Tijdens de warme dagen is het heel fijn om af en toe wat verkoeling te zoeken. Denk aan een heerlijke frisse cocktail, een NingXia ijsje of gewoon even de schaduw in.

Maar hoe fijn is het om ook iets bij de hand te hebben waardoor je meteen verkoeling op je huid ervaart.

Summer Breeze in a bottle!

- 50ml sprayfles
- 5 druppels Lavender & 3 druppels Peppermint
- Optioneel: 2 druppels Helichrusum
- 1 ml Solubol
- 25 ml Aloë Vera Gel
- 20 ml Toverhazelaar

*Deze is perfect te maken met onze Rapunzel
Collectie uit de webshop!
Heb jij de kortingscode al gespot?*

click
here!

B L O O M I N G B L E N D S



in all things of

Nature

there is something
of the

Marvelous

-Aristotle



Insecten

Niemand wil thuiskomen na een heerlijke dag buiten met veel jeukende beten van ongedierte buitenshuis... en dat hoeft ook niet met het Outdoor Blend DIY! Deze vloeibare formule voorkomt effectief muggen-, vlooien- en tekenbeten, zodat je zorgeloos van het buitenleven kunt genieten!!

Probeer ook eens deze DIY Outdoor Spray:

- 150ml sprayfles
- 10 druppels van Citronella, Geranium, Lemongrass, Lavender
- eventueel 10 druppels Eucalyptus Radiata en Tea Tree
- V-6 Plantaardige draagolie of draagolie naar keuze of $\frac{1}{4}$ deel toverhazelaar op $\frac{3}{4}$ deel gedestilleerd water.



Let op: als je een grotere fles wilt maken, verdubbel dan het recept.





Insecten



Bug Off Spray

Muggen zijn denk ik de beestjes die we het meeste horen rondvliegen in de zomermaanden. Als je heerlijk buiten zit, over de vakantiemarkten struint, een duik wil nemen of als je na een heerlijke dag je bed ik wilt kruipen.

Dan is de Bug Off Spray geweldig om bij de hand te hebben! Maar Lavender & Citronella zijn ook perfect om tijdens de nacht te diffusen.

- 50ml sprayfles
- 10 druppels Citronella en Lavender
- 80 druppels Solubol
- Gedestilleerd water



Maak de Bug Off in de speciale Sprayfles uit de webshop!

Heb jij de kortingscode al gespot?

click here!

B L O O M I N G B L E N D S



Insecten



DIY Itch Stick:

Voor die keren dat je je insectenwerend middel vergeet! Dit recept is voor kinderen vanaf 6 jaar.

Meng in een roller 6 druppels Purification, 6 druppels Lavendel + 6 druppels Lemon + 6 druppels Peppermint en vul aan met een draagolie. Rol over de gebeten plekken.

Snelle tip! Buiten eten en de insecten weghouden? Pak een buitenventilator, doe een paar druppels Citronella + Geranium op een wasknijper (of twee) en bevestig deze aan de voorkant van de ventilator en je hebt een gigantische buitenverspreider!





Mermaids

Symbolizing feminine power, they remind us that we each have a beautiful free spirit deep within us.



Mermaid Summer

Mermaid Hair Salt Mist

Voor op zeemeermin geïnspireerd haar, beach-effect voor elke dag van de week!

In een 50ml sprayfles:

- Warm water
- 1 theelepel fijnkorrelig zeezout
- 1 eetlepel gefractioneerde kokosolie
- 10 druppels Lavender, Grapefruit & Rosemary.

Meng het water en het zout voeg de resterende ingrediënten toe en schud om te mengen. Spray het in je haar na het drogen met een handdoek en krijg zachte, strandachtige haarlokken!!



Mermaid Summer

Mermaid Hair Antiklit Spray

voor zachte, gladde haren na het zwemmen!

- 50ml sprayfles
- 1 eetlepel Conditioner
- 10 druppels Lavender, Rosemary & Cedarwood
- Gedemineraliseerd water

Voeg essentiële oliën en conditioner toe aan de sprayfles.


Vul af met het water en schud goed. Gebruik na het douchen als ontklitter!

Deze is perfect te maken met onze Rapunzel Collectie uit de webshop!

Heb jij de kortingscode al gespot?

click here!

B L O O M I N G B L E N D S



May your day be
as amazing as
your

Nails

Summer Nails

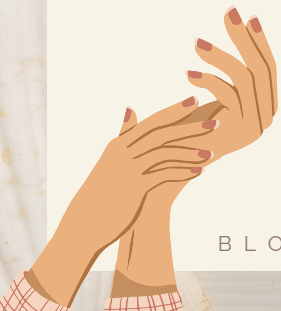
DIY nagellakremover

een niet-giftige manier om mooie nagels en teennagels te hebben.

- 20ml glazen druppelflesje
- 2-3 druppels elk Grapefruit en Orange
- 5-6 druppels Lemon
- Schoonmaakalcohol
- witte azijn

Voeg essentiële oliën toe aan de fles en vul de resterende hoeveelheid van de fles met 2/3 ontsmettingsalcohol en 1/3 azijn. Schud zachtjes om te mengen. Voeg de oplossing toe aan een wattenschijfje en veeg je nagels schoon.

Voilà!



A vertical rectangular graphic with a light beige background, centered on a beach scene. The background shows sand, waves, and a bright sunburst with rays emanating from a central point. The text "Gifts & Summer" is written in a white, elegant cursive font across the middle. There are white decorative swirls in the corners of the graphic.

Gifts & Summer

Fototoxisch

Zomer- en citrusoliën zijn niet altijd een goede combinatie, terwijl je juist in deze tijd van het jaar graag citrusoliën gebruikt!

Zoals altijd willen we iedereen gezond en veilig houden, dus zorg ervoor dat je de toepassing van citrusolie en blootstelling aan zonlicht gescheiden houdt. Als algemene regel geldt dat je directe UV-blootstelling moet vermijden op een plek waar je citrusolie hebt aangebracht, gedurende minimaal 12 uur en maximaal 48 uur.



Fototoxisch

Waarom vermijden?



Citrusoliën (en enkele andere) bevatten natuurlijke moleculen die reageren met zonlicht en gevoeligheid voor de huid kunnen veroorzaken. Alle oliën en blends van Young Living die deze verbindingen bevatten, zijn geëtiketteerd met een waarschuwing om zon/UV-licht **gedurende 12 tot 48 uur** na het aanbrengen te vermijden.

Betekent dit dat je je geliefde grapefruit en bergamot voor de zomer moet laten staan?

Echt niet!

Breng het aan op plekken die minimaal 24 uur niet aan de zon worden blootgesteld (meestal onder de kleding). Kijk ook eens naar de Vita Flex Punten (zie de olieguide van BB). En diffusen kan altijd.

Oliën die de zon niet mogen zien

pagina 1 van 2

- *Abundance*
- *Acceptance*
- *Angelica*
- *Australian Blue*
- *Awaken*
- *Bergamot*
- *Brain Power*
- *Build your Dream*
- *Cedarwood*
- *Celebration*
- *Christmas Spirit*
- *Cinnamon Bark*
- *Citrus Fresh*
- *Clarity*
- *Common Sense*
- *Deep Relief Roll on*
- *DiGize*
- *Dill*
- *Dragon Time*
- *Dream Catcher*
- *DreamEase*
- *Egyptian Gold*
- *Envision*
- *Forgiveness*
- *Freedom*
- *Gentle Baby*
- *GenYus*
- *German Chamomile*
- *Ginger*
- *GLF*
- *Grapefruit*
- *Grounding*
- *Harmony*
- *Higher Unity*
- *Highest Potential*
- *Humility*
- *ImmuPower*

Oliën die de zon niet mogen zien

pagina 2 van 2

- *Inner Child*
- *Inspiration*
- *Into the Future*
- *Jade Lemon*
- *Journey On*
- *Joy*
- *KidPower*
- *Lady Sclareol*
- *Lemon*
- *Lemon Verbena*
- *Lime*
- *Live your Passion*
- *Longevity*
- *Lushious Lemon*
- *Neroli*
- *Ocotea*
- *One Heart*
- *One Voice*
- *Orange*
- *Patchouli*
- *Peace & Calming I & II*
- *Present Time*
- *Raven*
- *Release*
- *Rise Above*
- *SARA*
- *Sacred Mountain*
- *SclarEssence*
- *Stress Away*
- *Surrender*
- *Tangerine*
- *Thieves*
- *Tranquill Roll on*
- *Trauma Life*
- *TummyGize*
- *Valor II*
- *White Angelica*
- *Winter Nights*

B L O O M I N G B L E N D S

Life is a beach,
find your

Wave

Summer Musthaves

Denk je aan de zomer dan denk je aan het strand, met deze tips ben je goed voorbereid.

Dit is wat we dit jaar in onze strandtassen meenemen:

NingXia Red-zakjes: vries ze een nacht in voor een slushie-achtige traktatie.

NingXia Mocktails: om ons gehydrateerd te houden. Met heerlijke PLUS oliën van Young Living.

Thieves Hand Sanitizer & Spray: voor schone handen, e-readers, speelgoed, telefoons, etc!



B L O O M I N G B L E N D S

Summer Musthaves

Lavendel Lippenbalsem: geweldig voor lippen, wangen, neuzen en ook een geweldige draagolie voor onderweg.

Seedlings Baby Wipes: voor schone handen, zelfs in het zand!

Snelle tip! Verwijder eenvoudig al het zand van ieders voeten, benen en handen met Seedlings Baby Wipes. In elke tas zit een pakje, zodat je het zand gemakkelijk kunt verwijderen en schone, frisse handen krijgt!



B L O O M I N G B L E N D S

The background of the image is a light-colored surface, possibly wood or stone, covered with various seashells. The shells are mostly white and cream-colored, with some showing brown and red patterns. A semi-transparent white rectangular box is centered on the image, containing text. The text is in a mix of sans-serif and cursive fonts. There are also thin white curved lines in the corners of the image.

First I drink

Ning Xia

then I do the

Things

NingXia recepten

Daily Red is een dingetje in ons huishouden - iedereen krijgt elke dag zijn NingXia Red!

En of we het nu gewoon een beetje willen mixen of een gezonder alternatief voor conventionele opties willen, deze NingXia Red-recepten zijn favoriet in onze zomerrotatie.



B L O O M I N G B L E N D S

Ning Xia recepten

Superfood limonade-ijslolly's

Deze eenvoudige, heerlijke ijslolly's zijn een ENORME hit deze zomer. Het beste is dat je ze niet kunt verpesten. Er is geen specifieke hoeveelheid van elk ingrediënt nodig, dus giet gewoon een beetje van elk item in je vorm en ga aan de slag!



**Ningxia Rood
Limonade
Ningxia Zyng
Citrus Fresh +**



Voeg in een ijslollyvorm gelijke delen Ningxia en Lemonade toe, 1 druppel Citrus Fresh+ en vul aan met Ningxia Zyng. Doe dit in laagjes voor een mooi eindresultaat!

NingXia recepten

NingXia Spritzers

Of je nu aan het zwembad ligt, in de auto zit of gewoon in je tuin ligt te loungen, deze spritzer is de perfecte dorstlesser. Maar wees voorbereid:

je zult na het proeven moeten delen met je kinderen, partner of vrienden!

- 1 blikje San Pellegrino Lemon
- 1/2 fles kombucha
- 100ml NingXia Red
- 1-2 druppels Grapefruit+ of Orange+
- Optioneel: ½-1 blikje NingXia Zyng

Voeg alles toe in een kan, schenk aan een glas, roer goed en geniet ervan!





Thieves

You stole my

Heart

Summer Thieves

Summertime Citrus Thieves Reiniger

- Glazen spuitfles van 500ml
- 1-2 dopjes Thieves Household Cleaner
- 2 druppels van Orange, Bergamot, Jade Lemon
- 1 druppel Palmarosa of Ylang-Ylang
- Water

Voeg de Thieves Household Cleaner en de oliën toe aan een glazen sprayfles en vul deze vervolgens met water.

Dit recept is perfect te maken in de Thieves Spraybottle uit de webshop! Heb jij de kortingscode al gespot?



click here!

B L O O M I N G B L E N D S



Summer
Breeze

Roomspray

Seaside Breeze Roompray

- Glazen spuitfles van 500ml
- 15 druppels Lime, Rosemary, Lavender en Bergamot
- 240 druppels Solubol (1 druppel per 4 druppels essentiële olie)
- Gedestilleerd water

Voeg olie, water en toverhazelaar toe aan je spuitfles. Spray door de kamer, op gordijnen of tapijt om je huis op te frissen en te laten ruiken naar een strandhuis!



Summerspray

Rainbow Dust

Laat je fantasie de vrije loop als je de Rainbow Dust roomspray maakt. Wij maakten hem met Orange, Tangerine, Ylang Ylang en Jasmine.

- Glazen spuitfles van 50ml
- 5 druppels Orange, Tangerine, Ylang Ylang en Jasmine.
- Snufje Epsom zout
- Gedestilleerd water

Spray heerlijk op je beddengoed, je summerplaid of je hamamdoek.



***Deze is perfect te maken met onze Rapunzel
Collectie uit de webshop!
Heb jij de kortingscode al gespot?***

*click
here!*

B L O O M I N G B L E N D S

The background features several seashells, including scallops and a larger shell with a dark, patterned interior. A semi-transparent, light brown rectangular overlay is centered on the page. The text "Let your dreams Blossom" is written in white. "Let your dreams" is in a clean, sans-serif font, while "Blossom" is in a large, elegant, cursive script. Two thin, white, looping lines are positioned in the upper right and lower left corners of the overlay.

Let your
dreams
Blossom

Flower Hack

Al die siringen & hortensia's uit de tuin naar binnen halen? Probeer deze hack!

Zet ze in een vaas met water met een scheutje suiker, een druppel Purification en een centje om ze langer vers te houden!

De Purification in de diffuser is ook geweldig in badkamers, wasruimtes of waar dan ook waar het in de zomerse hitte een beetje warm en benauwd kan worden!



B L O O M I N G B L E N D S

SUMMER SURPRISE

Ben je helemaal geïnspireerd door dit Summer E-Magazine en wil je meteen aan de slag met enkele **summer essentials**?

Met deze kortingscode krijg je **20% korting** op de geselecteerde items in de webshop!



ZOMER25

Klik om naar de webshop te gaan