



**Ute Winkler**  
Heilpraktikerin \* Autorin  
Sport-Health-Balance-Expertin



## *Newsletter - Januar 2024*

*Liebe Patientinnen und Patienten,*

*ich wünsche Ihnen und Ihren Familien einen guten Start in ein friedliches, gesundes, glückliches und erfolgreiches 2024.*

*Vielen Dank für die lieben Weihnachtsgrüße und Wünsche für das neue Jahr.*



*Der Jahresanfang ist bekanntlich die Zeit der guten Vorsätze. Nehmen Sie sich am besten kleine Etappenziele vor, die sich gut und zeitnah umsetzen lassen. Wenn Sie sich zum Beispiel im neuen Jahr mehr bewegen wollen, ist ein effektiver Start die Treppe immer zu nutzen.*

*Im Dezember ging meine neue Website online, auf der Sie jeden Monat einen aktuellen Newsletter finden. Es lohnt sich also öfter vorbeizuschauen.*



*Schmerzen am Rücken, in den Gelenken oder den Muskeln können das Leben zur Qual machen. Oftmals sind sie die Folgen einer eingeschränkten Mikrozirkulation. BEMER setzt genau dort an: Durch die Verbesserung einer eingeschränkten Durchblutung der kleinen und kleinsten Gefäße kann die Anwendung bei der Regeneration und die Selbstheilungskräfte unterstützen. Wissenschaftliche Studien legen nahe, dass BEMER als komplementäre Anwendung Kreuzschmerzen / Schmerzen im unteren Rücken lindern und die Ergebnisse bestimmter Therapieformen verbessern kann.*

*In der Praxis setze ich die physikalische Gefäßtherapie nach BEMER zusätzlich zur Dorntherapie & der tiefen Bindegewebsmassage erfolgreich ein. Sprechen Sie mich gerne an, wenn Sie mehr wissen oder die Therapie ausprobieren möchten. Ab Januar 2024 erhalten Sie jede zehnte Bemer-Sitzung als Bonus kostenfrei.*

*Ich freue mich darauf, Sie auch in diesem Jahr auf Ihrem Weg zu begleiten,*

*Ihre Ute Winkler*