



Newsletter Dezember 2020

Guten Tag, liebe(-r) {{ contact.VORNAME }} {{ contact.NACHNAME }},

das Leben ist Veränderung!
In keinem anderen Jahr ist es mir – ist es Ihnen – so aufgefallen, so bewusst geworden, wie im Jahr 2020. Und doch haben wir die Kraft uns dieser Veränderung zu stellen. Nicht alles war einfach. Nicht alles verlief nach unseren Wünschen. Doch wir geben nicht auf!

Leben ist Anpassung! Leben ist Entwicklung neuer Ideen und Perspektiven!
Leben heißt vorwärtsgehen! Leben bringt immer neue Chancen!

Die Natur zeigt uns den Weg.
Wintersonnenwende liegt hinter uns. Das Licht kehrt zurück...
Freuen Sie sich mit mir auf hellere und längere Tage.

Nutzen wir Weihnachten und den bevorstehenden Jahreswechsel um uns klar zu machen, was wir wirklich wollen. Schöpfen wir über die Feiertage Kraft und stellen uns dem Jahr 2021 mit neuer Energie und Zuversicht.

Das Leben ist Veränderung! Ja!

„Wenn es dir nicht gefällt wie die Dinge sind: dann beweg' dich, du bist kein Baum!“ (Jim Rohn)

Alle Themen auf einen Blick:

- [Die glücklichen Gewinner meines Wandkalender-Gewinnspiels sind](#)
- [Mein Geschenk an Sie: Rabatt-Code von Therapiedecken.de](#)
- [Ein Weihnachtsbaum – meine Weihnachtsgeschichte zum Hören](#)
- [FFP2-Masken sicher nutzen](#)
- [Last Minute Weihnachtsgeschenk: Wandkalender Waldbaden 2021](#)
- [Mein Geschenk: Sport-Live für Ihre Neujahrsvorsätze](#)

Glückliche Gewinner eines Wandkalenders



Im letzten Newsletter bat ich Sie mir zu erzählen, weshalb Sie meine Praxis, mich als Therapeuten oder einen meiner Präventions- und Gesundheitskurse auswählten. Vielen Dank für die vielen netten und interessanten Schreiben. Unter allen Einsendern der Zeilen, Geschichten und Nachrichten verlor ich fünf meiner Wandkalender „Waldbaden – Kleine Auszeit für die Seele“ in der Größe DIN A3.

Und die Gewinner sind:

Kerstin K., Cordula M., Christina B., Maxi H. und Silke M.

Meine herzlichsten Glückwünsche!

Alle Gewinner wurden bereits per eMail oder What's App informiert.

Therapiedecken - Rabatt-Code

Sie kennen Therapie- oder Gewichtsdecken?
Es gibt viele Ansatzmöglichkeiten, um Schlafstörungen, Stress oder Angst zu lindern, das Wohlbefinden zu erhöhen. Gewichtsdecken sind eine Möglichkeit. Dabei sind sie nicht nur für



Erwachsene, sondern auch für Kinder sehr gut geeignet. Gewichtsdecken – wie der Name schon sagt – sind bis zu 12kg schwer und haben eine entspannende Wirkung auf den Körper...

Es gibt verschiedene Hersteller dieser Decken, unterschiedliche Materialien und natürlich verschiedene Preisklassen. Manche Hersteller bieten zusätzlich die Möglichkeit des Ausprobierens.

Möchten Sie mehr zu diesem Thema erfahren, so schauen Sie doch beispielsweise [HIER](#)

Als Therapeut darf ich Ihnen für die Produkte dieses Herstellers einen Rabatt-Code zur Verfügung stellen. Sie erhalten 10% Rabatt.

Ein Weihnachtsbaum



Liebe(-r) {{ contact.VORNAME }} {{ contact.NACHNAME }},
kennen Sie bereits, meine Weihnachtsgeschichte [„Der Weihnachtsbaum“](#)?
Extra für Sie, liebe Newsletter-Leser, habe ich meine Geschichte nun
gesprochen.

Lassen Sie sich verzaubern von einem ganz besonderen Weihnachtsbaum...

Viel Spaß beim [Anhören!](#)

FFP2-Masken sicher nutzen



Aus den Medien ist Ihnen allen bekannt, dass Personen über 60 Jahre kostenfrei FFP2-Masken in den Apotheken erhalten können. Oft fehlt aber die Information zum Umgang mit dem Mund-Nase-Schutz.

Die folgende kleine Anleitung habe ich für Sie gefunden: [HIER](#) können Sie die Anleitung lesen und gern auch weitergeben.

Vielen Dank der Pharmazeutischen Zeitung.
Quelle: Deutsche Gesellschaft für Hygiene und Mikrobiologie

Last-Minute-Weihnachtsgeschenk - Wandkalender 2021

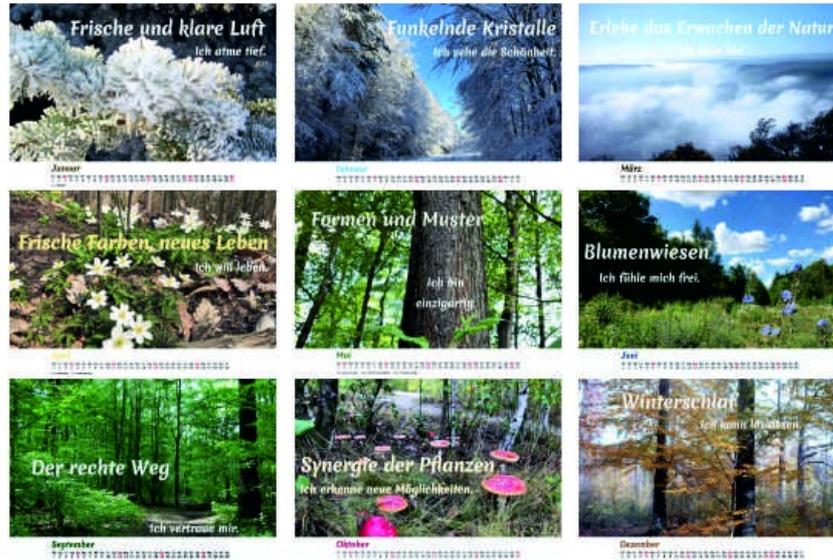
Suchen Sie noch ein passendes Weihnachtsgeschenk?
Für Mama, Oma, Tante, Bruder? Oder ganz allein für Sie?

Lassen Sie sich durch das Jahr 2021 begleiten mit schönen Fotos aus Wäldern im Altenburger Land und kleinen Achtsamkeitsprüchen!

Es gibt noch einige Exemplare meines Wandkalenders „**Waldbaden - Kleine Auszeit für die Seele**“ in der Größe DIN A3 zu kaufen.

Der Preis beträgt nur **8,50 Euro**.

Abholung nach Terminvereinbarung (telefonisch / per eMail / What's App) **noch am 24. Dezember** in meiner Praxis Theramedica in Gerstenberg.



Sport-Live über Zoom am 02. Januar 2021



*„Und plötzlich weißt du: Es ist Zeit, etwas Neues zu beginnen und dem Zauber des Anfangs zu vertrauen.“
(Meister Eckhart)*

Heute keine Übung des Monats Dezember, sondern ein weiteres Weihnachtsgeschenk für Sie:

Am Samstag, den 02. Januar 2021 – um 11 Uhr starten wir gemeinsam! Ein kurzes und knackiges 30 Minuten-Workout online über Zoom.

Melden Sie sich für das Online-Workout bis zum 01.01.2021 / 17 Uhr an. Ich sende Ihnen den Link zur kostenfreien Veranstaltung zu.

Neue Vorsätze für das Jahr 2021? Und Bewegung und Sport gehören dazu?

Dann legen Sie gleich los – nichts aufschieben!
Der innere Schweinehund hat keine Chance!

Neues Jahr wir kommen.

Im Januar - Newsletter gibt es die nächste superschöne Übung!

Mein Hinweis in eigener Sache:

Praxis Theramedica in Gerstenberg ist ab 05. Januar 2021 wieder für Sie geöffnet.

Hat Ihnen mein Newsletter gefallen?

Für weitere Informationen und Fragen, Hinweise und Ratschläge erreichen Sie mich:

- unter der eMail-Adresse info@Physiotherapie-Eikemeier.de
- über SMS/What's App-Nachricht/telefonisch (0177) 7882685
- Festnetz Praxis Theramedica (03447) 835784
- oder persönlich
Praxis Theramedica, Knausche Str. 2, 04617 Gerstenberg
(Sprechzeit nur nach Vereinbarung).

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien: ein schönes Weihnachtsfest, entspannte Festtage und beste Gesundheit - und einen optimalen Start ins Jahr 2021 - das Jahr Ihrer Höchstleistungen und Erfolge!

Herzliche Grüße aus Gerstenberg
Ihre Heilpraktikerin und Physiotherapeutin
Heike Eikemeier

[Datenschutzerklärung](#) [Impressum](#) [AGB](#)

Mobile Physiotherapie
Praxis Theramedica
Heike Eikemeier
Knausche Str. 2, 04617 Gerstenberg
info@Physiotherapie-Eikemeier.de



Diese E-Mail wurde an {{ contact.EMAIL }} versandt.
Sie erhalten diesen Newsletter, da Sie bereits mein Patient / Teilnehmer in einem meiner
Kurse waren oder Sie sich alternativ direkt für meinen Newsletter angemeldet haben.
Möchten Sie keine weiteren Informationen erhalten, dann können Sie sich über den
folgenden Link
[Abmelden](#)



© 2020 Mobile Physiotherapie - Praxis Theramedica - Heike Eikemeier