



## NEWSLETTER

Ausgabe November 2009



## Steglitz Physiotherapie

Ilona Hildebrandt

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

schon neigt sich wieder ein Jahr dem Ende. Der erste Advent steht schon fast vor der Tür und die Suche nach den Weihnachtsgeschenken beginnt. Verschonen Sie Gesundheit! Wir bieten u. a. Gutscheine zum Wohlfühlen (Massagen, Fußreflexzonen-therapie) oder zu einem unserer Workshops, individuelle Rückenschule oder eine aktive Mittagspause in ihrem Betrieb.

Wir wünschen Ihnen eine schöne Adventszeit, frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Ilona Hildebrandt

& Mitarbeiter

*Ilona  
Hildebrandt*



## Eine Nacht voller Physiopower

### Berliner Physiotherapeuten laden ein zur langen Nacht

Rund 20 Krankenhäuser/Therapiezentren und 22 Praxen öffneten zur ersten langen Nacht der Physiotherapie ihre Türen. Am 05. September konnten Sie von 17.00 bis 19.00 Uhr die heilende Kraft der Bewegung kennenlernen. Es erwartete Sie eine spannende Mischung aus interessanten Vorträgen, kompetenter Beratung und vielen Behandlungsdemonstrationen. Wir hatten bei uns in der Praxis einen Ergonomieparcour mit drei Stationen aufgebaut (Richtige Arbeitshöhe im Sitzen - Hebetekniken üben - "Eine Frage des Gleichgewichts") an dem Sie praktische Erfahrungen sammeln konnten. Des weitern stand uns Katrin Junge mit der MediMouse® zur Verfügung.

Die MediMouse® ist ein handliches Messgerät zur computerunterstützten Darstellung und strahlenfreien Untersuchung der Form und Beweglichkeit der Wirbelsäule und Körpergelenke.

Wir haben uns über die große Resonanz gefreut und werden auch im nächsten Jahr wieder dabei sein.

**Berliner Physiotherapeuten laden ein zur langen Nacht**

## Wunderwelt der Physiotherapie

5. September 2009, 17-22 Uhr

**in Krankenhäusern und Praxen in ganz Berlin**

Entdecken Sie die Möglichkeiten der sanften Physiotherapie.  
Berliner Physiotherapeuten zeigen ihr Können und informieren über moderne Therapien, Heilungserfolge und Perspektiven.

### Exklusiv für meine Kunden:

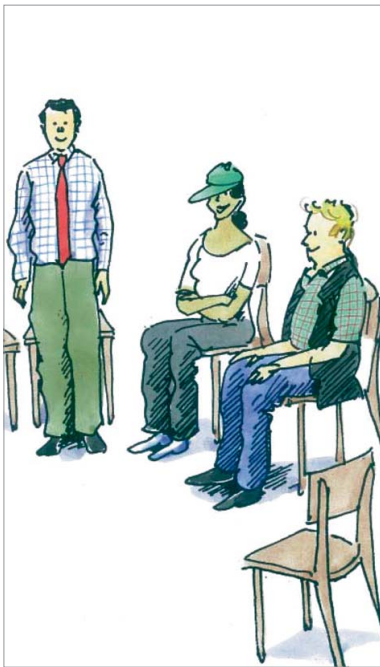
#### Sedan-Apotheke

Kompressionsstrümpfe sind die Basistherapie für alle Venenerkrankungen. Im Gegensatz zu Stützstrümpfen, die nur der Vorbeugung dienen, werden Kompressionsstrümpfe vom Arzt verordnet. Für den Therapieerfolg ist eine genaue Passform unerlässlich. Hierfür werden bis zu 20 Umfangs- und Längenmaße am Bein gemessen. Daraus ergibt sich dann, ob eine konfektionierte Versorgung oder eine Maßanfertigung notwendig ist. Gerne stehen Ihnen die Mitarbeiterinnen der Sedan-Apotheke zum Thema Venenerkrankungen und Kompressionstrümpfe zur Verfügung. Bei Vorlage dieses Newsletters erhalten Sie auf das Sortiment von Stütz- und Reisestrümpfen bis Ende des Jahres 15% Preisnachlass.

**Sedan-Apotheke** Apotheker Dr. Hans-Christian Milhahn

Albrechtstraße 41, 12167 Berlin - Telefon: 030 7916097, Fax: 030 79746937





## Vorankündigung der nächsten Workshops 2010

Nachdem unsere ersten drei Workshops sich guter Resonanz erfreuten, können Sie sich hier schon die nächsten Termine vormerken und bei Interesse sich einen Platz reservieren lassen. Die Kosten pro Abend betragen 10,00 € inklusive Informationsmaterial und Getränke.

### Februar Workshop "Hilfsmittelversorgung von A - Z"

Mittwoch, 10. Februar 2010, 18.15 – 19.30 Uhr

### März Workshop "Pezziball – Eine runde Sache"

Das universelle Trainingsgerät  
Dienstag, 09. März 2010, 19.15 – 21.00 Uhr

### April Workshop "Nordic Walking"

Theorie und fachkundige Anleitung und Verbesserung der unterschiedlichen Techniken.  
Donnerstag, 15. April 2010, 18.00 – 20.00 Uhr  
Dienstag, 20 April 2010, 10.00 – 12.00 Uhr

Anmeldungen unter 796 13 10 oder direkt bei uns in der Praxis

Achtung: Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.



## Zehn gesundheitliche Vorteile durch mehr Bewegung

- \* Bessere Gewichtsabnahme und Gewichtsstabilisierung
- \* Kräftigung des Herzmuskels und höhere Belastbarkeit des Herzens
- \* Bessere Lungenfunktion und höhere Sauerstoffaufnahme
- \* Normalisierung des Blutdrucks
- \* Verbesserter Blutfett- und -cholesterinspiegel
- \* Verbesserte Blutzuckerwertung beim Diabetiker
- \* Stärkere Abwehrkräfte und weniger Erkältungen
- \* Besseres Körpergefühl
- \* Mehr Wohlbefinden durch Ausgeglichenheit und Entspannung
- \* Freude an der eigenen Leistungsfähigkeit



**Niemann**  
Klang- und Bildsysteme

Steglitzer Damm 37-39  
Telefon: (030) 7965968

## Partner-Tipp: Schon gehört?

HDTV, Connectivity, Home-Entertainment, Digital Recording, Mediaplayer, Podcast.

Alles nur Schlagworte.

Wir glauben an Visionen. Wir glauben, dass außergewöhnliche Menschen sich nicht mit gewöhnlichen Lösungen zufrieden geben.

Wir glauben an Individualität. Wir glauben, dass jeder Mensch in seiner Einzigartigkeit kostbar ist. Und dass er es verdient, dass man ihn in seiner Einzigartigkeit respektiert, anstatt ihn durch Standards zu limitieren.

Wir glauben an Qualität. Wir glauben, dass höchste Qualität größten Einfluss auf die individuelle Zufriedenheit hat. Darum lohnt es sich für uns, in Qualität zu denken und nicht in Quantität.

Gemeinsam finden wir ein TV-Gerät wie Sie es sich vorstellen!

Rufen Sie uns an und vereinbaren einen Termin.

### Herausgeber

Steglitz Physiotherapie  
Ilona Hildebrandt (V.i.S.d.P.)

Steglitzer Damm 1, D-12169 Berlin  
Telefon: 030 -796 13 10  
Telefax: 030 -79 78 48 22  
E-Mail: [info@steglitz-physiotherapie.de](mailto:info@steglitz-physiotherapie.de)  
Web: [www.steglitz-physiotherapie.de](http://www.steglitz-physiotherapie.de)

### Herstellung

advertare | Werbung + Grafikdesign  
Olaf Behrendt  
Rohlfstraße 21  
D-14195 Berlin  
Telefon: (030) 897 25 330  
E-Mail: [office@advertare.de](mailto:office@advertare.de)  
Web: [www.advertare.de](http://www.advertare.de)

### Konzept

Erlebnis-Factory GmbH  
[www.erlebnis-factory.de](http://www.erlebnis-factory.de)

### Bildnachweis

Seite 1, unten: H.-C. Milhahn  
Seite 2, oben: Sabine Gerke  
Seite 2, unten: Niemann