



Guten Morgen Max!

In dieser Newsletter-Ausgabe erwarten dich Neuigkeiten aus meiner Naturheilpraxis, unter anderem zu den neuen Räumlichkeiten, Informationen zu bevorstehenden öffentlichen Terminen und Anlässen sowie wertvolle Tipps zum Umgang mit der sommerlichen Hitze.

Ich wünsche dir viel Freude beim Lesen und einen gesunden Sommer!

Herzliche Grüsse
Christian



Meine Naturheilpraxis erhält ein neues Zuhause

Nach zweieinhalb Jahren in den bisherigen Praxisräumlichkeiten steht ein nächster Schritt bevor: Die Praxis zieht in neue, grosszügigere Räumlichkeiten im Touringhaus an der Bielstrasse 109 in Solothurn um. Für dich bedeutet das eine noch angenehmere Atmosphäre und optimale Bedingungen für deine Behandlung.

Am bewährten Behandlungskonzept und der persönlichen Begleitung ändert sich nichts – du darfst dich weiterhin auf eine ruhige und einladende Umgebung freuen. Ab Oktober finden alle Termine in den neuen Praxisräumlichkeiten statt. Ich freue mich darauf, sie dir bei deinem nächsten Termin zu zeigen.



Online Terminbuchung

Die Onlinebuchung steht dir weiterhin rund um die Uhr zur Verfügung. Du kannst jederzeit die verfügbaren Termine einsehen und deinen Wunschtermin bequem auswählen. Mit dem Umzug kann es zu leichten Anpassungen der Praxisöffnungszeiten kommen – die aktuellen Zeiten findest du direkt in der Onlinebuchung.

[Termin](#)



Elternvortrag Familienclub Biberist

Ob Babys Nase läuft, dein Kleinkind mit einer Magen-Darm-Grippe im Bett liegt oder dein Schulkind ein verstauchtes Bein hat: Krankheiten gehören zum Kindsein, sind sozusagen Teil der Entwicklung. Naturheilkunde und Hausmittel hatten schon immer einen hohen Stellenwert, und auch heute möchtest du dein Kind in Krankheitstagen möglichst natürlich begleiten und ganzheitlich für seine Gesundheit sorgen. Entdecke, welche bewährten Hausmittel und naturheilkundlichen Anwendungen dein Kind sanft durch typische Kinderkrankheiten begleiten können.

19. November 2026, 19:30 Uhr–21 Uhr

Ort: Alte Turnhalle, Biberist

Kosten: Familienclubmitglieder 5

Franken, Nichtmitglieder 10 Franken

Bist du interessiert? Melde dich gleich an!

[Anmeldung](#)



Tipps während den warmen Tagen

1. Trinken

Trinke regelmässig über den Tag verteilt und greife am besten zu lauwarmem Wasser oder ungesüssten Kräutertees. Diese unterstützen deinen Körper dabei, den Flüssigkeitshaushalt auszugleichen und die Wärme besser zu regulieren. Auf Alkohol und eiskalte Getränke solltest du an heissen Tagen möglichst verzichten, da sie den Körper zusätzlich belasten können.

2. Richtig Duschen

Wie beim Trinken ist auch beim Duschen lauwarmes Wasser die bessere Wahl. Es kühlt den Körper sanft und gleichmässig ab. Eiskaltes Wasser verengt zunächst die Blutgefässe, um die Körperwärme zu halten. Anschliessend werden sie wieder erweitert, die Haut wird stärker durchblutet und man beginnt oft erneut zu schwitzen.

3. Natürliche Durstlöscher im Sommer

Gurken, Tomaten, Zucchini und Wassermelonen bestehen zu über 90 Prozent aus Wasser und liefern wichtige Mineralien wie Kalium und Magnesium. Sie kühlen den Körper an heissen Tagen und unterstützen den Flüssigkeitshaushalt auf natürliche Weise.

Sobald das Datum der Eröffnungsfeier der Praxis feststeht, werde ich dich über diesen Kanal informieren. Bis dahin genieße die warmen Sommertage und tanke Sonne, Energie und schöne Momente. Achte gut auf dich und gönne deinem Körper genügend Erholung und Flüssigkeit. Ich wünsche dir von Herzen beste Gesundheit.

Anschrift ab 1. Oktober 2026:

Naturheilpraxis Müller
Bielstrasse 109
4500 Solothurn
+41 78 267 86 35
info@naturheilpraxismueller.ch

