

Die ersten Schritte mit deinem **Healy!**

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf deines Healy!

Du hast heute einen neuen Weg für deine Gesundheit und dein Wohlbefinden beschritten. Ab jetzt stehen dir immer die richtigen Frequenzen zur Verfügung, die dich und deine gesundheitlichen Ziele unterstützen.



HEALY IST **EINFACH!**

Herausgeber: **Healy World GmbH**
Potsdamer Platz 1 | 10785 Berlin
Deutschland | info@healy.de

Bei der Anwendung des Healy kannst du nichts falsch, aber vieles richtig machen (das gilt natürlich nur dann, wenn du die Anweisungen und die Gegenanzeigen in der Bedienungsanleitung beachtest!)

Sobald du dich mit der grundlegenden Bedienung deines neuen Begleiters vertraut gemacht hast, kannst du ganz leicht die ersten Erfahrungen damit sammeln. Die Videobroschüre, die du mit deinem Healy zusammen erhalten hast, erklärt in fünf kurzen Videos, wie du den Healy in Betrieb nimmst und wie du die dazugehörige App herunterlädst, installierst und bedienst.

Also: Wie wählst du nun das für dich passende Healy-Programm?

Du sollst wissen: Keines der Healy Programme ist das „falsche“ - es gibt nur richtige! Um das für dich optimale Programm zu finden, kannst du in drei Schritten vorgehen:

SCHRITT 1

Wähle das Programm aus, das vom Namen und von der Beschreibung her deinem aktuellen Anliegen entspricht. Die Beschreibungen findest du im Handbuch bzw. auf einem beiliegenden Merkblatt.



Hast du zum Beispiel viel Stress, so wähle das Programm mit dem passenden Namen: Sind deine Schmerzen akut, wähle „Stress akut“. Wenn mehrere Programme aufgrund ihres Namens oder ihrer Beschreibung in Frage kommen, dann kannst du diese abwechselnd oder auch nacheinander anwenden.

Ein anderes Beispiel: Du bist unzufrieden mit deinem Gewicht und wählst unter „Fitness“ das Programm „Gewicht“; oder du wählst das Programm „Mentale Balance“, wenn du dich innerlich unausgeglichen fühlst.

SCHRITT 2



Egal, ob du auf die soeben beschriebene Weise schon für dich passende Programme gefunden hast oder nicht: In jedem Fall solltest du immer auch die Programme des „Goldzyklus“ verwenden, die genau deswegen auch in jeder Healy Edition enthalten sind.

Lies einfach die Beschreibungen der sieben Programme des Goldzyklus durch und wähle dann die aus, die zu deiner Situation passen. Fühlst du dich schlapp, wähle „Energy“, oder „Relax“, wenn du gestresst bist. In jedem Fall empfehlen wir dir, die Programme „Balance“ und „Being“ anzuwenden. Sie sollen grundlegend für Balance und Ausgleich in Körper und Geist sorgen und enthalten daher Frequenzen, die für alle Situationen anwendbar sind. Diese Programme (die immer über die Armband-Elektroden angewendet werden) kannst du regelmäßig, aber auch täglich, für dich nutzen!

SCHRITT 3

In vielen Fällen reichen diese ersten beiden Schritte bereits aus, um die positive Wirkung des Healy auf dein Wohlbefinden und für die Unterstützung deiner Ziele zu erleben. Zusätzlich steht dir aber mit der HealAdvisor App die gesammelte Erfahrung unseres Experten-Teams und Tausender erfolgreicher Healy-Anwendungen zur Verfügung. Die HealAdvisor App führt dich durch eine kurze Serie von Fragen gezielt zu den für dich ideal geeigneten Healy-Programmen; du kannst diese aber auch durch eine komfortable und umfangreiche Suchfunktion finden. Sollte dein Anliegen dort nicht zu finden sein, kannst du direkt aus der HealAdvisor App heraus auch eine Anfrage an das Experten-Team schicken.

Du siehst: Die Anwendung des Healy ist ganz



einfach und du kannst nichts falsch machen! Das gilt natürlich nur, wenn du die Anweisungen und Gegenanzeigen in der Bedienungsanleitung beachtest. Hast du durch einen oder mehrere dieser drei Schritte deine persönlichen Healy-Programme gefunden, dann kannst du diese je nach Bedarf oder regelmäßig (und in beliebiger Reihenfolge) anwenden. Achte dabei bitte auf die folgenden Hinweise:

einmal und du kannst nichts falsch machen! Das gilt natürlich nur, wenn du die Anweisungen und Gegenanzeigen in der Bedienungsanleitung beachtest. Hast du durch einen oder mehrere dieser drei Schritte deine persönlichen Healy-Programme gefunden, dann kannst du diese je nach Bedarf oder regelmäßig (und in beliebiger

- Wende täglich maximal drei Healy Programme an, am besten zwei am Vormittag und eines am Nachmittag oder Abend.
- Trinke genügend Wasser, wenn du den Healy anwendest. Wir empfehlen 1,5 bis 2 Liter Wasser am Tag, vor allem am Vormittag; damit kannst du die Wirkung der Frequenzen unterstützen.
- Stelle die Intensität in der App auf deinem Smartphone so ein, dass du die Frequenzen sanft spürst, aber keine unangenehmen oder störenden Empfindungen dabei hast. Weniger ist hier mehr!
- Während der Anwendung kannst du dein Smartphone beiseitelegen, in den Flugmodus wechseln oder ganz ausschalten; dein Healy läuft weiter! Du brauchst das Smartphone nur, wenn du ein neues Programm auswählen oder starten möchtest, oder wenn du die Intensität ändern möchtest.
- Achte darauf, dass die Filze der Ohrelektroden immer ausreichend angefeuchtet sind.
- Am besten entspannst du dich während der Anwendung, vielleicht hörst du Musik, die dir gefällt. Ist das nicht möglich, kannst du den Healy trotzdem neben anderen Tätigkeiten anwenden. Nur beim Autofahren oder ähnlichen Aktivitäten solltest du den Healy nicht anwenden.

Nun bleibt uns nichts mehr zu sagen außer: **Wir wünschen dir viel Glück und Erfolg mit deinem neuen Healy!**