

# Die Tatzze

Ausgabe: Juni 2022

30 Jahre 1985-2015

APOTHEKEN  
**kurier**  
Das Praxen & Apotheken Magazin

## ABSTAND VOM ALLTAG

Der Abstand misst sich nicht  
in Kilometern...

SIE FINDEN UNS IN...

Ascheberg  
Bergisch Gladbach  
Bottrop  
Coesfeld  
Datteln  
Duisburg-Neumühl

Düsseldorf  
Erkrath  
Hagen  
Herten  
Kaufbeuren  
Lüdinghausen

Möhnesee-Hörbecke  
Nordhorn  
Nordkirchen  
Oberhausen-Holten  
Oer-Erkenschwick  
Recklinghausen

Selm  
Werl  
Witten  
Zwiesel



**Bären-Apotheke**

... alles, um schön gesund zu bleiben.

# Bärenstarke Talerprämien

Jeden Monat neue, attraktive Prämien:  
DIE TALER-ANGEBOTE IM JUNI 2022!

EXKLUSIVE PRÄMIEN  
04/2022 - 06/2022

Party-Trinkglas „Glühbirne“  
400 ml, aus Kunststoff, mit LED-Farbwechsel



7  
TALER

Geschirrspülbürste  
aus Bambus, ca. 10 x Ø 7 cm



10  
TALER

alpina® Wasserkocher  
1,7 l Fassungsvermögen



60  
TALER

DESKI® Waffeleisen  
für belgische Waffeln



70  
TALER

Wäscheklammern „Soft“  
20 Stück, mit starker Metallfeder



12  
TALER

Glaskaraffe mit Drehverschluss  
1450 ml, verschiedene Farben



18  
TALER

Villeroy & Boch® „Vapiano“  
Salatschalen 2er-Set



72  
TALER

Solar-Leuchte „Kristall“  
Ø 8 cm, mit Erdspieß, weißes Licht



20  
TALER

Glasbehälter mit Bambusdeckel  
1200 ml, aus Borosilikatglas



32  
TALER

reisetel® allrounder R  
Design: twist sky rose



140  
TALER

## GESCHENK FÜR SIE...

### 1 Fitnessband:

Gratis beim Kauf eines nicht-rezeptpflichtigen Arzneimittels ab einem Warenwert von 3,00 € bis zum 30.06.2022.



Nur solange der Vorrat reicht.  
Pro Person nur ein Artikel und  
Gutschein. Abb. beispielhaft.  
Verschiedene Sorten möglich.

Alle Angebote gültig im Juni 2022. Solange der Vorrat reicht.  
Nur in den teilnehmenden Bären-Apotheken (siehe Rückseite).



WIR FREUEN UNS AUF SIE!

# Bären-Apotheke

... alles, um schön gesund zu bleiben.



# MALWETTBEWERB FÜR KREATIVE KIDS...

in Recklinghausen, Datteln, Herten und Lüdinghausen

Seit einigen Jahren findet zu Ostern in der Bären-Apotheke Recklinghausen ein großer Malwettbewerb für Kinder statt, bei dem die kleinen Künstler ihrer Phantasie freien Lauf lassen und ein Bild von einem Osterhasen malen können. Nun schlossen sich erstmals auch die Bären-Apotheken in Datteln, Herten und Lüdinghausen der kreativen Aktion an.

Mitmachen konnten die Mitglieder des Bären-Apo-Junior-Clubs der teilnehmenden Apotheken sowie alle Kinder, die sich in der Apotheke einen Aktionsflyer abgeholt haben. In Recklinghausen freute sich Joscha über den Hauptgewinn – einen Gutschein im Wert von 50 Euro für den Freizeit-

park Ketteler Hof in Haltern am See. In der Dattelner Bären-Apotheke konnte die kleine Emilia mit ihrem kunterbunten Osterhasen-Bild überzeugen und sahnte ebenfalls den Hauptgewinn ab. Wir wünschen den beiden Künstlern und ihren Familien ganz viel Spaß!



BÄREN-AKTUELL



BÄREN-AKTUELL

## BORKER SONNTAG

Bärchen verschenkt lila Laune beim Ortsteil-Fest

Endlich wieder Borker Sonntag – darüber freuten sich nach zwei Jahren Corona-Pause die Bewohner des Selmer Stadtteils Bork. Der beliebte verkaufsoffene Sonntag fand in diesem Jahr am Muttertag statt und lockte mit tollen Mitmach-Aktionen, Hüpfburg, Gesang, Tanz, Trödelmarkt und zahlreichen Ständen für das leibliche

Wohl viele Besucher an. Auch das lila Bärchen der Selmer Bären-Apotheken war mit von der Partie und verteilte fleißig Zeitschriften, Gutschein-karten und bärenstarke Leckereien. Außerdem gab es am Stand der Bären-Apotheke frische Waffeln und tolle Gewinne für Groß und Klein am allseits beliebten Glücksrad.

### IMPRESSUM

Herausgeber:

BP APO Consulting GmbH  
Funnemannstr. 17, 59379 Selm

Redaktion:

Lisa Simmberg, Roswitha Eichhorn

Texte Bären-Apotheken:

Lisa Simmberg

Druck:

GD Gotha Druck,  
Wechmar



# Bären-Apotheke



## FÜR DEN GUTEN ZWECK

Ascheberger Bären-Team spendet an Palliativnetz

Mitte April überreichten Julia Wohlgemuth und Maxim Maya aus der Bären-Apotheke Ascheberg gemeinsam einen Spendenscheck an das Palliativnetz Coesfeld. Ursula Müller, Koordinationsfachkraft des palliativmedizinischen Konsiliardienstes, nahm den Scheck über 1.600 Euro in der Apotheke entgegen. „Der Betrag kam durch die Taler-Spenden unserer Kundinnen und Kunden in den vergangenen zweieinhalb Jahren zustande. Wir möchten uns auf diesem Wege ganz herzlich für die großzügige Unterstützung dieses wunderbaren Projekts bedanken“, so Apotheker Maxim Maya. Der Verein Palliativnetz Kreis Coesfeld e.V. kümmert sich um die bestmögliche Versorgung und Betreuung schwerkranker und sterbender Menschen in ihrem häuslichen Umfeld und die Unterstützung der Angehörigen.



## AND THE WINNER IS...

Oster-Verlosung in der Bären-Apotheke Ascheberg

### Eiersuche mal anders...

Zu Ostern wurden die Eier in der Bären-Apotheke Ascheberg nicht versteckt, sondern in einer großen Glasvase präsentiert. Alle Kundinnen und Kunden konnten beim großen Oster-Gewinnspiel die Anzahl der Ostereier im Glas schätzen und mit etwas Glück und einem guten Auge einen der beliebten Ascheberg-Gutscheine im Wert von 75 Euro gewinnen. Der Ascheberg-Gutschein ist eine Initiative der Gemeinde Ascheberg und kann bei allen teilnehmenden Händlern, Gastronomen und lokalen Dienstleistern aus Ascheberg eingelöst werden – das stärkt die Geschäfte vor Ort. Kundin Ruth Thyering hat beim Gewinnspiel genau ins Schwarze getroffen: Sie hat die Anzahl der lila Eier exakt erkannt und durfte sich über den Gutschein freuen, mit dem sie nun nach Herzenslust in Ascheberg bummeln kann.

# Blasenentzündung?\*

# Canephron® Uno

## mit der 4-fach Wirkung



Studie zeigt<sup>5,6</sup>: Es geht auch ohne Antibiotikum

## BLASENENTZÜNDUNG?\* CANEPHRON® UNO

Krampfartige Schmerzen im Unterleib, Brennen beim Wasserlassen und ständiger Harndrang – vor allem Frauen kennen die typischen Beschwerden einer Blasenentzündung nur allzu gut. Schätzungen zufolge leidet jede zweite Frau mindestens einmal im Leben unter einer Blasenentzündung.

Viele Betroffene wünschen sich dann eine wirksame und umfassende Symptomlinderung. Aber ist bei akuter, unkomplizierter Blasenentzündung immer gleich ein Antibiotikum nötig? Nein!

**Canephron® Uno** mit der **4-fach** Wirkung behandelt den unangenehmen Symptomkomplex einer Blasenentzündung\* umfassend. So geht es Ihnen schneller wieder besser.

\* Canephron® ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung und zur Ergänzung spezifischer Maßnahmen bei leichten Beschwerden (wie häufigem Wasserlassen, Brennen beim Wasserlassen und verstärktem Harndrang) im Rahmen entzündlicher Erkrankungen der Harnwege.

1 Gemeint sind leichte Beschwerden wie Brennen beim Wasserlassen, Schmerzen und Krämpfe im Unterleib wie sie typischerweise im Rahmen entzündlicher Erkrankungen der Harnwege auftreten.

2 Antientzündliche Eigenschaften von Canephron® wurden im experimentellen Testmodell und antientzündliche und schmerzlindernde Eigenschaften im lebenden Organismus nachgewiesen.

3 Krampflösende Eigenschaften von Canephron® wurden im experimentellen Testmodell an Blasenstreifen des Menschen belegt.

4 Adhäsionsvermindernde Eigenschaften von Canephron® wurden im experimentellen Testmodell nachgewiesen. Die Anheftung von Bakterien an die Blaseschleimhaut wird vermindert und dadurch die Ausspülung der Bakterien unterstützt.

5 Wagenlehner et al. Urol Int. 2018; 101(3):327-336 doi:10.1159/000493368.

6 Die Studie wurde mit Canephron® N Dragees durchgeführt. Die eingenommene Wirkstoffmenge pro Tag von Canephron® N Dragees und Canephron® Uno ist äquivalent.

Die einzigartige Pflanzenkombination in **Canephron® Uno** wirkt **4-fach**:

- 🌿 schmerzlindernd<sup>1,2</sup>
- 🌿 krampflösend<sup>1,3</sup>
- 🌿 bakterienausspülend<sup>4</sup>
- 🌿 entzündungshemmend<sup>1,2</sup>

Ein weiterer Vorteil: Eine Studie zeigt, dass die Therapie mit **Canephron®** vergleichbar effektiv ist wie mit einem Antibiotikum<sup>5,6</sup>.

Weitere Infos über **Canephron® Uno** und wertvolle Tipps rund um das Thema Blasenentzündung erhalten Sie unter [www.canephron.de](http://www.canephron.de) oder in Ihrer Bären-Apotheke!



**Canephron® Uno** • Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung und zur Ergänzung spezifischer Maßnahmen bei leichten Beschwerden (wie häufigem Wasserlassen, Brennen beim Wasserlassen und verstärktem Harndrang) im Rahmen von entzündlichen Erkrankungen der ableitenden Harnwege. Der Anwender sollte bei fortdauernden Krankheitssymptomen oder beim Auftreten anderer als der in der Packungsbeilage erwähnten Nebenwirkungen einen Arzt oder eine andere in einem Heilberuf tätige qualifizierte Person konsultieren. **Canephron® N Dragees** • Traditionell angewendet zur unterstützenden Behandlung und zur Ergänzung spezifischer Maßnahmen bei leichten Beschwerden im Rahmen von entzündlichen Erkrankungen der ableitenden Harnwege. Canephron® Uno, Canephron® N Dragees: Zur Durchspülung der Harnwege zur Verminderung der Ablagerung von Nierengrieß. Hinweis: Canephron® Uno und Canephron® N Dragees sind traditionelle pflanzliche Arzneimittel, die ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung für das Anwendungsgebiet registriert sind. Enthält Glucose, Saccharose/Sucrose (Zucker), Lactose.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

BIONORICA SE | 92308 Neumarkt

Stand: 11/21

Nur in der Apotheke erhältlich.

Mittel-europäerin	▼	Wüsten- insel	Lehrer Samuels	▼	weib- licher Adels- titel	Notlage, Verle- genheit (ugs.)	▼	▼	knapp, schmal	▼	Ritter der Artus- sage	Ferien- ort in Polen (Eyflau)	Vorname von Schwei- ger	Zwicker	▼	▼	persön- liches Fürwort	ge- würzter Rotwein
mäkeln, kriti- sieren	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	voraus- schau- ende Sicht	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Fest- veran- staltung	▶	▼	▼	▼	▼	verschun- den	▶	▼	▼	▼	Impf- stoffe	▼	▼	▼	▼	▼	fast	▼
größter Erde- teil	▶	4	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Hund von Obelix (Comic)	▼	Kfz-K. Bamberg	▶	▼
▶	▼	▼	Winter- gemüse	▼	▼	im Dienst wirken	▶	▼	▼	▼	all- täglich, banal	▼	▼	jeder- zeit	▶	6	▼	▼
Insel- euro- päer	▶	Teil des Waffen- visiers	▼	▼	▼	▼	1	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	2	▼
Edelgas	▶	▼	▼	▼	▼	ehem. US-Prä- sident, † 2004	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	zu den Akten (ad ...)	▼
Feuer- werks- körper	▶	unlängst erstelltes Gebäude	▼	▼	▼	türk. Anis- brannt- wein	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Warn- einrich- tung am Auto	▶	▼	▼	▼	▼	Schlan- ge im 'Dschun- gelbuch'	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Gebirgs- zug in Südost- europa	▶	▼	▼	▼	▼	griechi- sche Unter- welt	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	berühm- tes Musical	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Wär- einrich- tung am Auto	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Gebirgs- zug in Südost- europa	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Schul- zensur	▶	eigen- licher Name Atatürks	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Berg- ein- schnitt	▶	▼	▼	▼	▼	Berg- stock der Alpen	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Weh- klage	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Hand- elnder	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Wiesen- pflanze	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Wett- kämpfer, Athlet	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
niederl. Namens- teil	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
dän. Insel im Polar- gebiet	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼

DP-1925-0522-7

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

# GEDÄCHTNISTRAINING UND DENKSPORT...

7				14	12	13	6			16	15			4	
15				4	9		16		5	14	6				13
4	11		12			1	2	10	13	9					
9		13				11			2		1	10	12	6	3
	2	3		1	15	12				5	16		8	14	
5	7					4		15	14		13	16		10	2
	15	16	1	10			14					5	4		
		9	11			3	8	6		2		1	13		
		1	14		11		10	7	9			12	5		
		8	4					16			14	6	9	2	
2	10		7	6		9	1		8					15	4
	9	11		12	3				10	6	5		14	1	
3	6	7	13	8		14			16				11		12
					13	16	3	14	6			2		8	9
8				11	1	6		5		13	9				14
	12			2	10			11	3	8	7				16



Lösungen der Kreuzworträtsel  
aus der Ausgabe Mai 2022:  
BELTANE  
HIMMELFAHRT

Lösung des Riesensudoku  
aus der Ausgabe Mai 2022:

7	11	5	1	3	13	2	14	8	16	12	10	6	9	4	15
13	8	15	2	4	12	6	16	3	1	5	9	11	10	7	14
16	9	10	3	8	7	11	5	14	6	15	4	1	13	12	2
14	6	4	12	10	1	15	9	7	2	11	13	8	3	16	5
8	4	16	13	11	3	12	10	2	9	7	6	5	14	15	1
12	2	7	5	15	9	8	6	10	14	4	1	13	16	3	11
15	1	3	9	2	14	13	7	11	5	8	16	12	4	6	10
11	14	6	10	16	5	4	1	15	13	3	12	7	2	9	8
9	10	13	11	14	2	3	12	16	15	6	8	4	1	5	7
1	3	8	15	5	4	16	13	12	11	2	7	14	6	10	9
4	12	2	16	9	6	7	11	5	10	1	14	3	15	8	13
6	5	14	7	1	8	10	15	9	4	13	3	2	12	11	16
5	13	9	8	12	11	14	2	4	3	16	15	10	7	1	6
2	16	12	14	6	15	5	3	1	7	10	11	9	8	13	4
10	7	1	4	13	16	9	8	6	12	14	5	15	11	2	3
3	15	11	6	7	10	1	4	13	8	9	2	16	5	14	12



## AB IN DEN URLAUB!

Nikolaos Perpinias aus der Bären-Apotheke in Oer-Erkenschwick informiert zum Thema Gesundheit auf Reisen

Urlaub soll neue, schöne Eindrücke vermitteln, Erholung schenken und gemeinsam verbrachte Zeit für die ganze Familie sein. Besser also, wenn niemand gezwungenermaßen mit einer Erkrankung im Hotelbett bleiben muss. Gegen Infekte gibt es natürlich keine Garantie. Aber mit einer guten Reisevorbereitung lässt sich dieses Risiko weitgehend vermeiden – und die beginnt schon bei der Wahl des Urlaubsortes.

### Vor dem Urlaub

Nicht alle Länder sind für jeden be-reisbar. So können bei Bluthochdruck oder schweren Durchblutungsstörungen Bedenken gegen eine Flugreise bestehen. Tropische oder subtropische Regionen sind beispielsweise bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder schwerer Psoriasis ungeeignet. Gleiches gilt für geplante Aktivitäten. Bei Herz-Kreislauf-Beschwerden ist eine Trekking-Tour im Hochgebirge vielleicht keine gute Idee. Bei einer Erkrankung ist es sinnvoll, das Reiseziel mit dem Arzt zu besprechen.

Bei dieser Gelegenheit kann auch gleich das Thema Impfungen auf die Agenda gesetzt werden, vor allem,

wenn es in den Süden geht und der Urlaub nicht nur am Hotelpool verbracht wird. Welche Impfungen für das jeweilige Urlaubsland nötig sind und welche eventuell aufgefrischt werden müssen, sollte rechtzeitig vor Reiseantritt geklärt werden. Diese Informationen erhalten Sie übrigens auch bei uns in der Bären-Apotheke. Hier beraten wir Sie auch zur optimalen Reiseapotheke für Ihr Urlaubsziel.

### Während der Reise

Ist die Anreise entspannt, kann der Urlaub beginnen, sobald die Wohnungstür ins Schloss fällt. Regelmäßige Pausen, die lange Autofahrten unterbrechen, verhindern Stress und senken das Unfallrisiko. Für Kinder ist das lange Stillsitzen im Wagen eine besondere Qual. Sie brauchen zwischendurch ausgedehnte Stopps mit reichlich Bewegung. Im Flugzeug sind die Sitzreihen eng und die Luft ist schlecht. Ab und zu aufstehen und im Zehenstand wippen entlastet die Blutgefäße in den Beinen. Auch mit Kompressionsstrümpfen lässt sich die Thrombosegefahr verringern. Und mit einem Nackenhörnchen wird das Nickerchen im Sitzen auch wesentlich angenehmer.

### Im Urlaub

Der deutsche Sommer beschert den südlichen Stränden in den Ferien einen Ansturm sonnenhungriger Bleichgesichter, die oft schon am ersten Tag die Farbe wechseln – in Hummerrot. Das ist schlecht für die Haut und für den Urlaub, denn ein richtiger Sonnenbrand tut höllisch weh. Gewöhnen Sie sich an den ersten Tagen erst einmal an die Sonne, tragen Sie einen Sonnenschutz mit ausreichend hohem Lichtschutzfaktor auf und genießen Sie die Wärme unter dem Sonnenschirm oder im Schatten. Kinder bleiben idealerweise die meiste Zeit unter dem Sonnenschirm, auch wenn sie mit einem hohen Lichtschutzfaktor gut eingecremt sind, und tragen ein T-Shirt, wenn sie im Wasser planschen. Babys dürfen gar nicht in die Sonne.

Bei uns in der Bären-Apotheke geben wir Ihnen gerne wertvolle Tipps für Ihre Reiseapotheke, die richtige Aufbewahrung sowie den Transport Ihrer Medikamente und beraten Sie zum optimalen Impf- und Sonnenschutz – ganz individuell auf Ihren nächsten Urlaub abgestimmt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!





## ERDBEER-TIRAMISU

Gabriele Czaplá aus der Bären-Apotheke in Lüdinghausen präsentiert das Rezept des Monats

### ZUTATEN:

200 G LÖFFELBISKUITS  
200 ML SCHLAGSAHNE  
250 G MASCARPONE  
50 G ZUCKER  
2 EL ZITRONENSAFT  
2 EL ORANGENLIKÖR  
500 G ERDBEEREN  
1 PÄCKCHEN SAHNESTEIF  
ETWAS KAKAOPULVER

Zunächst etwa 150 g der Erdbeeren mit dem Zitronensaft und dem Orangenlikör fein pürieren. Die Löffelbiskuits von beiden Seiten darin eintauchen und dann nebeneinander in einer ausreichend großen Auflaufform verteilen. Nun die restlichen Erdbeeren vierteln.

Den Zucker mit Sahnesteif mischen und die Sahne steif schlagen. Dabei die Sahnesteif-Zucker-Mischung nach Packungsangabe zufügen. Danach Mascarpone dazu geben und alles vorsichtig zu einer glatten Creme verrühren.

Eine dünne Schicht der Creme auf die Löffelbiskuits streichen, darüber die Erdbeeren geben. Nun den Rest der Masse darauf streichen und Kakao-pulver darüber sieben bis die Creme-Schicht vollständig damit bedeckt ist. Bei einer kleineren Auflaufform kann mehrfach geschichtet werden. Danach ca. vier Stunden kalt stellen und genießen.

Das Team Ihrer Bären-Apotheke in Lüdinghausen wünscht Ihnen viel Spaß mit dem Rezept des Monats und einen guten Appetit!

## ICH PACKE MEINEN KOFFER... TIPPS FÜR IHRE REISEAPOTHEKE!

Bald sind Ferien. Viele zieht es in den warmen Süden, wo sonnige Strände und Meeresluft warten. Klar, dass Bikinis und Badehosen sicher den Weg in den Koffer finden. Doch gerade im Familienurlaub darf auch die Reiseapotheke im Gepäck nicht fehlen. Unsere Checkliste hilft Ihnen beim Packen!

### Immer dabei:

- Sonnenschutz mit hohem LSF
- After Sun
- Mittel gegen Sonnenbrand
- Verbandsmaterial und Pflaster
- Wund- und Heilsalbe
- Mückenrepellent

### Medikamente gegen:

- Reisedurchfall
- Reiseübelkeit
- Verstopfung
- Schmerzen
- Fieber
- Erkältung

### Nicht vergessen:

- Augentropfen
- individuelle Medikamente
- Hygieneartikel
- Fieberthermometer

**GUTE REISE!**



Raubvogel	russisch-estn. Grenzsee	Tiernahrung			Klostervorsteher	Turnerabteilung	kleine Gartenfrucht		Grundstoffteilchen		nichts davon		in hohem Maße		Priesterstand	weite Fahrt		Brettfuge
							kleiner Singvogel						10					
					Käsesorte		dumf donnern					3				entsprechend		
Hinterlassenschaft		Gerichtsschreiber		nicht lieblich					eh. russische Raumstation				antikes Pferdengespann		Baumteil		1	
Fahrgast										Teenager-Idol der 1950er (Paul)		kleiner Deich						Freidenker
italienischer Weinort			7	italienisch: drei			österr.: Tabakladen		Schild des Zeus						Adelstitel (Fräulein)			englisch: uns
					US-Schauspieler (Richard)		Fremdwortteil: jenseits (lat.)					Ratgeber, Erzieher		Agrarfläche				
Freizeitpark in Wien	Druckvorstufe (Kw.)			Kunststil				Berbervolk in der Sahara			einfacher Seemann							
							Stockwerke	Teil einer Filmszene					algerische Geröllwüste					Quatsch, Nonsense
				Treuebruch		Rankgewächs				3/4. Fall von ‚wir‘			überstehender Faden				Länderkennung v. Uganda	
mittels, durch		senkrecht										4	Wortteil: Billion	Nord-europäer				
Segelkommando: Wendet!					Rheinlastkahn			kirchlicher Lobgesang		Segelbootfahrt								Landschaft in bibl. Zeit
						italienisch: gut		kostspielig					‚Italien‘ in der Landessprache		serb. Romancier, † (Danilo)			
Produkt aus Kokosnüssen	giftiges Lösungsmittel	Polizeidienststelle			Beweisstück					weidm.: männlicher Falke		span.-portug. Prinzentitel						
Fleischgericht							großer See in Sibirien (...see)		Berührungsempfinden									griechische Mondgöttin
			9		EU-Austritt von Großbritannien		mittelalterliche Steuer				Vorname der West †				Teilmenge			westfälische Landschaft
Teil des Gemüsegartens				Reue empfinden								Ebene im Libanon (Al ...)		Mutter von ‚Peer Gynt‘				
Dekor						Comicfigur (... und Struppi)				Kontrolle der Sehschärfe		zwei-jährlich						8
							semi-türkischer Himmels-gott		gelb-braun-schwarz (Farbton)					dt. Politiker, † 1963 (Adolf)			Umlaut	
gerade jetzt				Titan-erz		hebräischer Name Babylons					Zauberin bei Homer		Spielkarten austellen					12
ein Pflanzentyp	Regal für die Musik-anlage	Währung in Katar						Stadt in Österreich		berufliche Laufbahn								
						französisch: Ende		Federmappe					afrika-nischer Strom				Stadt am Zuckerhut (Kw.)	ugs.: das Selbstwertgefühl
Kampfrichter (Kw.)		Kfz-K. Hanau		Müßig-gänger								Kfz-K. Erlangen	niederl.: ich		Fort am Großen Sklaven-see			
							kurz für: in das			junge Pflanze								
Entgegenkommen								Material-dicke							Abt von Cluny, † 942			

DP-1925-0522-8

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----



# Lilavita®

GEZIELTE PFLEGE  
FÜR DEINE GELENKE.



PREMIUM  
APOTHEKEN  
QUALITÄT

JETZT EXKLUSIV  
IN DER BÄREN-APOTHEKE:

LILAVITA  
GELENKAKTIV FORTE

FÜHL DICH BEWEGLICH.

Jeden Tag unterliegt unser Bewegungsapparat großen Belastungen, die unsere Gelenke stark beanspruchen. Gelenkaktiv forte enthält die wichtigen Stoffe Glucosamin und Chondroitin als Gelenk-Vitalstoffe aus natürlicher Herkunft.

Glucosamin stammt aus Krebstieren und Chondroitin aus Huhn. Zusätzlich sind die Spurenelemente Selen und Mangan enthalten. Mangan trägt unter anderem zur Erhaltung normaler Knochen bei. Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Knochen und für eine normale Knorpelfunktion bei. Die wichtigen Mikronährstoffe Vitamin B1, B2 und B6 sowie Hyaluronsäure runden das Produkt perfekt ab.

Nahrungsergänzungsmittel mit  
Glucosamin, Chondroitin, Vitamin C und  
Spurenelementen

60 Kapseln | UVP: 29,95 €



# Bärenstarke Knallerpreise

JUNI  
2022

JETZT BIS ZU  
**43%  
SPAREN!**

Paracetamol-ratiopharm®  
500 mg\*\*

**SPAR 43%**



20 Tabletten  
statt ~~3,17 Euro~~  
**1,79 €**

Iberogast® Classic

**SPAR 30%**



50 ml  
statt ~~23,69 Euro~~  
**16,49 €**  
1 l = 329,80 €

Canephron® Uno

**SPAR 30%**



30 Tabletten  
statt ~~29,25 Euro~~  
**15,49 €**

Vitamin B-Komplex-ratiopharm®

**SPAR 36%**



120 Kapseln  
statt ~~34,90 Euro~~  
**21,99 €**

Endwärts® Classic

**SPAR 32%**



3 ml  
statt ~~16,95 Euro~~  
**11,49 €**

Levocetirizin® Hexal

**SPAR 39%**



50 Filmtabletten  
statt ~~24,80 Euro~~  
**14,99 €**

Hylö-Vision® SafeDrop® 0,1%

**SPAR 30%**



10 ml  
statt ~~12,95 Euro~~  
**8,99 €**  
1 l = 899,00 €

Soventol® HydroCort 0,5%

**SPAR 33%**



15 g  
statt ~~8,98 Euro~~  
**5,99 €**  
1 kg = 399,34 €

Bepanthen® Schaumspray

**TOP PREIS**



75 ml  
**15,99 €**  
1 l = 213,20 €

\* Für rezeptpflichtige Arzneimittel, die der Arzneimittelpreisverordnung unterliegen, gelten einheitliche Abgabepreise. Preisnachlässe beziehen sich auf UVP (UVP = unverbindliche Preisempfehlung) oder AVP (AVP = Für den Fall der Abgabe zu Lasten der gesetzlichen Krankenkasse (KK) vom pharmazeutischen Unternehmer zum Zwecke der Abrechnung der Apotheken mit den KK gegenüber der Informationsstelle für Arzneispezialitäten GmbH (IFA) angegebener einheitlicher Produkt-Abgabepreis im Sinne des § 78 Abs. 3 S. 1, 2. HS AMG, der von der KK im Ausnahmefall der Erstattung abzüglich 5% an die Apotheke ausgezahlt wird). Gültig vom 01.-30.06.2022 und solange der Vorrat reicht in den teilnehmenden Bären-Apotheken. Abgabe in haushaltsüblichen Mengen. Keine Haftung für Druckfehler. Abbildungen ähnlich. Stand: 05.05.2022. Preise in Euro inkl. MwSt.  
\*\* Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben.

**Bären-Apotheke Ascheberg** · Inh. Laura Höcke e.K.  
Sandstr. 43 · 59387 Ascheberg

**Bären-Apotheke in der Rheinberg Galerie** · Inh. Matin Hafizi e.K.  
Hauptstr. 131 · 51465 Bergisch Gladbach

**Bären-Apotheke Bottrop** · Inh. Mait Werthmann e.K.  
Südring-Center-Promenade 1 · 46242 Bottrop

**Bären-Apotheke Coesfeld** · Inh. Elif Erten-Cinar e.K.  
Schuppenstr. 19 · 48653 Coesfeld

**Bären-Apotheke Datteln** · Inh. Jan Forster e.K.  
Neumarkt 3 · 45711 Datteln

**Bären-Apotheke Neumühl** · Inh. Mait Werthmann e.K.  
Lehrerstr. 5 · 47167 Duisburg-Neumühl

**Bären-Apotheke an der Messe** · Inh. Wolfgang Wittig e.K.  
Am Hain 2 · 40474 Düsseldorf

**Bären-Apotheke am Neuenhausplatz** · Inh. Wolfgang Wittig e.K.  
Neuenhausplatz 20 · 40699 Erkrath

**Bären-Apotheke am Theater** · Inh. Julia Röttgers e.K.  
Elberfelder Str. 51 · 58095 Hagen

**Bären-Apotheke Herten** · Inh. Jan Forster e.K.  
Theodor-Heuss-Str. 2 · 45699 Herten

**Bären-Apotheke Vogg am Neuen Markt** · Inh. Gabriele Vogg e.K.  
Neuer Markt 19 · 87600 Kaufbeuren

**Bären-Apotheke Lüdinghausen** · Inh. Jan Forster e.K.  
Neustr. 1a · 59348 Lüdinghausen

**Bären-Apotheke am Möhnesee** · Inh. Marco Müller e.K.  
Hauptstr. 34 · 59519 Möhnesee-Hörbecke

**Bären-Apotheke im Marktkauf** · Inh. Elif Erten-Cinar e.K.  
Stadtring 60 · 48527 Nordhorn

**Bären-Apotheke Nordkirchen** · Inh. Laura Höcke e.K.  
An der Mühle 12 · 59394 Nordkirchen

**Bären-Apotheke Holten** · Inh. Mait Werthmann e.K.  
Burgstraße 8 · 46147 Oberhausen-Holten

**Bären-Apotheke Oer-Erkenschwick** · Inh. Nikolaos Perpinias e.K.  
Hochstr. 8c · 45739 Oer-Erkenschwick

**Bären-Apotheke Recklinghausen** · Inh. Jan Forster e.K.  
Münsterstr. 1 · 45657 Recklinghausen

**Bären-Apotheke Selm Altstadt** · Inh. Tanja Adick e.K.  
Ludgerstr. 67 · 59379 Selm

**Bären-Apotheke am Selmer Zentrum** · Inh. Tanja Adick e.K.  
Kreistr. 59 · 61 · 59379 Selm

**Bären-Apotheke an der Basilika** · Inh. Marco Müller e.K.  
Wallburgsstr. 52 · 59457 Werd

**Bären-Apotheke Witten** · Inh. Marco Müller e.K.  
Pferdebachstr. 16 · 58455 Witten

**Bären-Apotheke am Anger** · Inh. Raphael Dives e.K.  
Angerstr. 34 · 94227 Zwiiesel

**Bären-Apotheke am Stadtplatz** · Inh. Raphael Dives e.K.  
Stadtplatz 18 · 94227 Zwiiesel



**Bären-Apotheke**  
... alles, um schön gesund zu bleiben.