



# Bärenstarke Talerprämien

Jeden Monat neue, attraktive Prämien:  
DIE TALER-ANGEBOTE IM NOVEMBER 2023!

EXKLUSIVE PRÄMIEN  
10/2023 - 12/2023

Becher „Stern“  
aus Steingut



9  
TALER

Windlicht „Stern“  
aus Glas



12  
TALER

reisetel® umbrella pocket classic  
Design: mixed dots red



88  
TALER

LED-Licht „Haus“  
aus Porzellan, verschiedene Sorten



18  
TALER

LED-Echtwachskerze im Glas  
Ø 7 x 15 cm, mit flackerndem Kerzenlicht



18  
TALER

Eulenschnitt® Kerzenbrett für  
Blockkerzen „Merry Christmas“  
aus Holz (ohne Kerzen)



168  
TALER

LED-Leuchtstern  
Ø 40 cm, 40 LEDs, mit Timer, In- und Outdoor



32  
TALER

Kerzenhalter „Engel“  
aus Holz und Metall



40  
TALER

reisetel® carrybag frame  
Design: midnight gold



182  
TALER

## GESCHENK FÜR SIE...

**1 Blinklicht-Reflektor:**  
Gratis beim Kauf eines  
nicht-rezeptpflichtigen  
Arzneimittels ab einem  
Warenwert von 3,00 €  
bis zum 30.11.2023.



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



Alle Angebote gültig im November 2023. 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.



## DIE OPTIMALE KOMPRESSIIONSTHERAPIE

... bei Venenerkrankungen, Lip- und Lymphödem

### Entstehung von Venenleiden

Venöse Beinleiden sind in Deutschland weit verbreitet. Nicht nur der erbliche Faktor, sondern auch Übergewicht, langes Stehen oder Sitzen am Arbeitsplatz und Bewegungsmangel, sind die Hauptursachen für die Entstehung von Venenleiden. Kann das Blut nicht mehr ungehindert zum Herzen zurückfließen, staut es sich in den Beinen. Durch den Druck auf die Venenwand entstehen Entzündungen. Hält der Blutstau an oder wiederholt er sich regelmäßig, können die Beinvenen dauerhaften Schaden davontragen.

### Behandlung venöser Beinleiden

Die Kompressionstherapie ist eine effektive Methode, um venöse Beinleiden zu behandeln. Wir empfehlen Ihnen hochwertige Kompressionsstrümpfe mit medizinisch relevantem Druckverlauf, die in einigen Bären-Apotheken auf Rezept speziell für Sie angemessen werden können.

### Kompressionstherapie bei Lip- und Lymphödem

Im Allgemeinen ist ein Ödem eine entweder örtlich begrenzte oder den gesamten Körper betreffende Ansammlung von Flüssigkeit innerhalb des Gewebes.

Bei einem Lymphödem kommt es zur allmählichen Schwellung einer Extremität. Häufig betroffen sind hierbei

der Fuß- oder Handrücken. Es entsteht ein Schweregefühl, die Haut fühlt sich an der betroffenen Stelle prall an, Hautfalten wirken stark vertieft, jedoch verläuft das Lymphödem meist schmerzfrei.

Vom Lipödem sind in der Regel Frauen betroffen. Hierbei handelt es sich um eine meist symmetrisch auftretende Ansammlung von Fettgewebe im Bein- oder Armbereich. Achtung: Ein Lipödem hat nichts mit Fettleibigkeit zu tun! Wieso es entsteht, ist noch nicht bekannt, jedoch gehen Experten von hormonellen und genetischen Ursachen aus. Im Gegensatz zum Lymphödem ist das Lipödem mit einem starken Berührungs- und Druckschmerz verbunden. Außerdem neigen Betroffene zu einer raschen Bildung von Blutergüssen.

### Leiden Sie unter einem Lymph- oder Lipödem?

Bei beiden Ödem-Formen kann eine spezielle Kompressionstherapie mit Flachstrickstrümpfen unterstützen, den Gewebedruck zu erhöhen und gleichzeitig den Druck auf die Gefäße zu reduzieren. In einigen Bären-Apotheken – darunter auch die Bären-Apotheke Ascheberg mit Venenfachberaterin Tanja Schlüter – wird diese lymphologische Kompressionsversorgung mit dem individuellen Anmessen von Flachstrickstümpfen angeboten. Lassen Sie sich vor Ort beraten.



VENENFACHBERATERIN  
TANJA SCHLÜTER EMPFIEHLT...

### Bewegung tut den Venen gut!

Schwimmen, Radfahren, Laufen, Wandern und Co. eignen sich zur Vorbeugung von Krampfadern.

### Den Venen eine Pause gönnen!

Zwischendurch einfach mal kurz die Beine hochlegen verhindert schmerzhafte Stauungen.

### Trinken hält das Blut im Fluss!

Trinken Sie täglich zwei bis drei Liter Wasser oder ungesüßten Tee für die optimale Durchblutung.

### So wird ein Schuh draus!

Wichtig für die Venengesundheit sind bequeme Schuhe, die ein Abrollen des Fußes ermöglichen.

**Und ganz allgemein gilt für die Gesundheit Ihrer Beinvenen: Laufen oder liegen ist besser als sitzen oder stehen.**

### IMPRESSUM

Herausgeber:  
BP APO Consulting GmbH, Selm

Redaktion:  
Lisa Simmberg, Roswitha Eichhorn

Texte Bären-Apotheken:  
Lisa Simmberg

Druck:  
Walstead Gotha GmbH, Wechmar



## WOHER NEHMEN, WENN NICHT STEHLEN?

Weiterhin Lieferengpässen bei Medikamenten – Arzneimittel für Kinder erneut betroffen

**Schon im letzten Winter hatten Apotheken und Patienten mit den anhaltenden Lieferengpässen – besonders im Bereich der pädiatrischen Antibiotika sowie Fiebersäfte für Kinder, aber auch bei zahlreichen weiteren Medikamenten – zu kämpfen. Eine Entspannung der Situation ist auch in diesem Herbst leider nicht in Sicht.**

Während Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach kürzlich noch beteuerte, dass wir „deutlich besser aufgestellt“ seien, zeigt die Realität ein anderes Bild. Waren auf der Liste der Lieferengpässe bei Arzneimitteln, die vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) veröffentlicht wird, am 2. Dezember 2022 insgesamt 303 Positionen gelistet, führte die Datenbank am 13. Oktober 2023 bereits exakt 200 Medikamente mehr. Die Folge: Nach Einschätzung des Apothekerverbands Nordrhein sind in Deutschland täglich etwa 1,5 Millionen Menschen von diesen Lieferengpässen betroffen.

### Gesetz zur Bekämpfung von Lieferengpässen

Mit dem Arzneimittel-Lieferengpassbekämpfungs- und Versorgungsverbesserungsgesetz (ALBVVG), das

unter anderem die Preisregeln für Kinderarzneimittel und die Austauschregeln bei nicht verfügbaren Medikamenten gelockert hat, wollte das Bundesgesundheitsministerium Abhilfe schaffen. Doch leider kann bisher keine Verbesserung der Gesamtsituation verzeichnet werden. Zu viele wichtige Forderungen aus den Reihen der Apotheker wurden im Gesetz schlicht nicht berücksichtigt. Die über Jahrzehnte durch die Politik verursachte Arzneimittelknappheit und die Ignoranz gegenüber einer warnenden Apothekerschaft können mit diesem Gesetz wohl kaum aus der Welt geschafft werden.

### Was raten wir Ihnen?

Entgegen der Meinung von Herrn Lauterbach, der den Apotheken im ARD-Morgenmagazin öffentlich Panikmache vorgeworfen hat, sind wir nicht im geringsten daran interessiert, Ihre Sorgen noch zu verstärken. Die Knappheit ist real und wir möchten Sie darüber informieren, doch wir raten dringend von Hamsterkäufen, die über die kleine Hausapotheke hinausgehen, ab. Unser Bären-Team ist täglich für Ihre optimale Arzneimittelversorgung im Einsatz und bei allen Fragen und Sorgen persönlich für Sie da. Sprechen Sie uns gerne an!

## KNAPP ERKLÄRT: WAS BEDEUTEN LIEFERENGPÄSSE BEI MEDIKAMENTEN?

### Lieferengpass: Was heißt das?

Apotheken in Deutschland kennen das Problem leider schon seit Jahren: Hersteller oder Großhändler können ein bestimmtes Produkt nicht liefern. Häufig gibt es glücklicherweise ein wirkstoffgleiches Arzneimittel von einem anderen Hersteller, das stattdessen abgegeben werden kann. Die Wirkung des Alternativprodukts ist hierbei identisch und Ihre Arzneimitteltherapie wird nicht beeinträchtigt. Anders ist das bei einem Versorgungsengpass. Gibt es diese Alternative nicht, kann der Patient nicht versorgt werden.

### Wie kann das passieren?

Die Hauptursache des Problems liegt in der Arzneimittelherstellung. Zunehmender Preisdruck hat dazu geführt, dass in den vergangenen Jahren die Produktion vieler Wirkstoffe ins günstigere Asien verlagert wurde. Zudem gibt es für einige Wirkstoffe weltweit nur noch wenige Hersteller. Gibt es hier Probleme, zum Beispiel durch Verunreinigungen bei der Fertigung oder Verzögerungen wegen Produktionsstillstands, trifft das den europäischen Markt – und so auch Deutschland – mit voller Wucht.

### Was macht die Apotheke?

Gibt es einen Lieferengpass bei einem bestimmten Produkt, dann besorgt die Apotheke ein wirkstoffgleiches Präparat oder kümmert sich beim behandelnden Arzt um ein neues Rezept für einen alternativen Wirkstoff, mit dem der Patient versorgt werden kann. Dabei muss der Fokus immer auch darauf liegen, dass kein Versorgungsengpass entsteht, denn jeder Patient soll versorgt werden. Damit ist viel Arbeit verbunden und das frisst Zeit – Zeit, die die Apotheken-Teams lieber mit der Beratung ihrer Kunden verbringen würden.

# HustHustHustHustHustHustHustHust HustHustHust

Jetzt auch im

TV

## Bronchipret® Der 3-fach Effekt gegen Husten



- beruhigt den Husten
- löst den Schleim
- bekämpft die Entzündung in den Bronchien

Kombinierte Wirkkraft aus Thymian und Efeu

Husten? Bronchitis?

## BRONCHIPRET® DER 3-FACH EFFEKT GEGEN HUSTEN

Sind Sie geplagt von Husten oder gar einer akuten Bronchitis? Dann kennen Sie es bestimmt: quälender Husten, der einen nachts nicht schlafen lässt und tagsüber den Alltag beeinträchtigt. Um schneller wieder gesund zu werden, empfiehlt sich eine wirksame und zielgerichtete Behandlung.

Bronchipret® enthält die kombinierte Pflanzenkraft aus Thymian und Efeu und wirkt mit dem 3-fach Effekt in allen Phasen der akuten Bronchitis: Bronchipret® beruhigt den Husten, löst den festsitzenden Schleim und bekämpft die Entzündung in den Bronchien. Hustenanfälle gehen schnell und nachhaltig zurück.

Speziell Erwachsenen, die sich eine schnell spürbare Linderung wünschen, empfehlen wir die extra starken, hochkonzentrierten\* Bronchipret® Tropfen. Die Hustenpatienten sind ebenfalls überzeugt: 9 von 10 haben die Wirksamkeit der Bronchipret Tropfen® als (sehr) gut bewertet.\*\*

### Husten? Bronchitis? Bronchipret® Der 3-fach Effekt gegen Husten

- beruhigt den Husten
- löst den festsitzenden Schleim
- bekämpft die Entzündung in den Bronchien

Weitere Infos zu Bronchipret® und zusätzliche wertvolle Tipps zur Genesung bei einer Erkältung erhalten Sie in Ihrer Bären-Apotheke oder unter [bronchipret.de](http://bronchipret.de).

\*Extra stark in Bezug auf die Gesamtmenge pflanzlichen Ausgangsmaterials, das mit einer Einzeldosis Tropfen im Vergleich zum Saft verabreicht wird. Eine höhere Wirkstoffmenge ist nicht gleichzusetzen mit einer stärkeren Wirkung. | Hochkonzentriert in Bezug auf die Konzentration des pflanzlichen Ausgangsmaterials [mg/ml] in Tropfen im Vergleich zum Saft.  
\*\*Kardos P. et al., (2021) Current Medical Research and Opinion, DOI: 10.1080/03007995.2021.1960493, n=730

**Bronchipret® Tropfen** | Zur Besserung der Beschwerden bei akuten entzündlichen Bronchialerkrankungen und akuten Entzündungen der Atemwege mit der Begleiterscheinung „Husten mit zähflüssigem Schleim“.

Enthält 24 Vol.-% Alkohol.

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

BIONORICA SE | 92308 Neumarkt

Mitvertrieb: PLANTAMED Arzneimittel GmbH | 92308 Neumarkt

Nur in der Apotheke erhältlich.

Stand: 08|21

zum Verzehr geeignet	▽	▽	Fahrzeugteile	▽	widerstandsfähig	dt. Publizist und Politiker, † 2020	große Eile	bibl. Kultstätte bei Jerusalem	feste Redewendungen	niederl. Küstenschiff	ein Werkzeug	▽	▽	chinesischer Politiker †	niederl. Tänzerin (†, Mata)	Regelwidrigkeit	▽	englisch: klein
Fleischgericht am Spieß	▷										kleines Feldhuhn	▷						
stark abfallend			Johannisbeerlikör		Lobrede	▷								altägyptischer Hauptgott		japan. Meile	▷	
	▷										7	Großstadt in Kasachstan		ein Trinkspruch				
Insel der Circe in der Odyssee	▷			gesungene kath. Messe	▷			eine der Gezeiten		tropisches Nagetier	▷		1				jüdisches Fest	
	▷				telegrafieren		Vorname Zolas, † 1902	▷						positives elektrisches Teilchen		Magnetende	▷	
Verkniffenheit	islam. Herrschertitel	Fahrradtretkurbein		männliches Kind	▷					ein Monatsname		leere Worthülse	▷					
Gemüsepflanze	▷						Profilzapfen unter Schuhen	▷		Zeitmaß	▷				int. Raumstation (Abk.)			Kunstdünger
	▷			Frauenname		Verneinung	▷								verborgene Kostbarkeit		Frau zu Pferd	▽
Stadt und Kanal in Ägypten			Fremdwortteil: Luft	▷				englisch: jedes, jeder	▷			Zeitgeschmack		Frau Abrahams (A.T.)			6	
jeden Tag	▷								fein, erhaben		ein Speisepilz	▷						
Balkon, Söller	▷			3		Fluss durch Sibirien	▷	Gesellschaftszimmer	▷					natürlicher Brennstoff		röm. Zahlzeichen: zwei	▷	
	▷		Vorname d. Schauspielers Lück		madagassischer Halbaffe	▷			4		überbackene Speise		thailändische Währung	▷				Lebensende
französischer unbest. Artikel	niederl. Karibikinsel	persönliches Fürwort	▷					nur geistig vorhanden	▷	zivilisiert, anständig	▷						5	
britische Prinzessin	▷				Erdzeitalter (Steinkohle)	▷	Gerät zur Kammerherstellung	▷				Bucht in Lugo (Spanien)	▷			Insektenordnung		
phönizische Königstochter		Vorname Reagans	▷	hoher kath. Würdenträger	▷							Verlustgeschäft		Schafleder	▷			
	▷					Fragewort (3. Fall)	▷			lautes Geschrei		Hühnervogel	▷					eine Walküre
südam. Musik- und Tanzstil	▷				2		eine Sunda-Insel	▷	US-TV-Comedyserie (2012-17)	▷					Edelknabe		Abk.: Orts- teil	▽
	▷			Amtsbezirk eines Bischofs	▷	Außerirdischer (engl.)	▷					gewinnen		Kosovo-Friedenstruppe (Abk.)	▷			
asiatische Textinpflanze	englischer Männername		dt. Autor, † 1985 (Nobelpreis)	▷				niederl. Fayencenstadt	▷		altes Tasteninstrument	▷						
nicht groß	▷				Spaltwerkzeug	▷		Zeugnisnote	▷				Zahlungsart	▷			Platzmangel	
	▷		Speisefisch		Heilpflanzen, Gewürze	▷								englisches Fürwort: sie		Hühnerprodukt	▷	
ermüdend		altes Maß des Luftdrucks	▷				spanischer Ausruf	▷			Dreifingerfaultier	▷	Fußrücken	▷				
unglücklich	▷							Areal, Terrain	▷								chem. Zeichen Gadolinium	▷
Längsleiste einer Leiter	▷				Fahrbahnmarkierung	▷									Windschattenseite	▷		

DP-1925-1023-43

- |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|

# GEDÄCHTNISTRAINING UND DENKSPORT...

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



Lösungen der Kreuzworträtsel  
aus der Ausgabe Oktober 2023:  
LAUBBÄUME  
REFORMATIONSTAG

Lösung des Riesensudoku  
aus der Ausgabe Oktober 2023:

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



## IMMUNSTARK BEI WIND UND WETTER

Christina Hollinger aus der Bären-Apotheke am Theater in Hagen informiert zum Thema Stärkung der Immunabwehr

**Wo man auch hinschaut: An jeder Ecke schneift und niest es. Schuld daran ist oftmals der sogenannte Rebound-Effekt. Weil unser Immunsystem aufgrund der Hygiene-Maßnahmen und Kontaktbeschränkungen während der Corona-Zeit kaum mit Erkältungen zu tun hatte, ist es jetzt – oder besser gesagt: immer noch – schlichtweg aus dem Training gekommen. Höchste Zeit also, der Abwehr mit der Kraft der Natur unter die Arme zu greifen.\***

Tagtäglich tun wir Dinge, die unsere Immunzellen nachhaltig schwächen. Neben Schlafmangel, zu wenig Bewegung und vitalstoffarmer Ernährung zählt vor allem Stress zu den größten Feinden des Immunsystems. Kehrt dann plötzlich Ruhe in den turbulenten Alltag ein, schwächt dieser Wechsel die Abwehr für ein oder zwei Tage. Genau in dieser Phase kann es dann leicht zu Infektionen mit den üblichen Erkältungssymptomen kommen. Die Erfahrung, ausgerechnet am freien Wochenende oder im Urlaub krank zu werden, macht laut Studie etwa jeder fünfte Deutsche.<sup>1</sup> Experten bezeichnen dieses Phänomen auch als „leisure sickness“ oder Freizeitkrankheit.

### Abwehrbereit für Viren & Co

Erwischen Infekte erst einmal ein Familienmitglied, haben Erreger oft leichtes Spiel und machen schnell die Runde. Dennoch sind wir Viren & Co. nicht hilflos ausgeliefert. Als wichtigste Schutzmaßnahme gilt, die Abwehr von Groß und Klein zu unterstützen. Spezifische Vitamine und Mineralstoffe können in diesem Zuge einen wichtigen Beitrag leisten.

### Die durchdachte Unterstützung mit dem besonderen Plus

Ausgewählte Präparate der Naturheilkunde setzen genau dort an: Neben der wichtigen Basisversorgung mit Vitamin C, D, Selen und Zink enthalten sie besondere Naturstoffe. Damit diese bei allen gut ankommen, ist die durchdachte Kombination sowohl als fruchtiger Saft für Kinder ab 4 Jahren, als auch in Kapselform für Jugendliche und Erwachsene erhältlich.

### Algen und Pilze bringen das Immunsystem zusätzlich auf Trab

Wissenschaftlich hervorgeraten hat sich u. a. die Mikroalge Spirulina, deren wertvolle Inhaltsstoffe im

Spirulina-Extrakt zur Verfügung stehen. Ebenfalls im Fokus: der Hiratake Pilz, mit seinem hohen Gehalt an Beta-Glucanen.

In der Bären-Apotheke beraten wir Sie gerne zum Thema Immunabwehr und geben Ihnen wertvolle Tipps zur Unterstützung Ihres Immunsystems. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

\*Aufgrund des Gehalts an Vitamin D, das zu einer normalen Funktion des Immunsystems beiträgt sowie Vitamin C, Selen und Zink.

1 Balsereit, B., & Möller, C. (2013). Leisure Sickness: A qualitative approach to reduce the phenomenon – from a company's point of view. Internationale Hochschule Bad Honnef-Bonn.

UNSER TIPP:





## WINTERLICHE QUITTENMARMELADE

Bianka Bücking aus der Bären-Apotheke in Recklinghausen präsentiert das Rezept des Monats

KALORIENARMES KERNORBT:  
QUITTE BITTE!

ZUTATEN  
FÜR 4-5 GLÄSER:

1 KG QUITTEN  
500 G GELIERZUCKER 2:1  
1 TL ZIMT  
1 PÄCKCHEN VANILLEZUCKER  
ETWAS APFELSAFT  
NACH BELIEBEN ETWAS RUM

Die Quitten zunächst schälen und in kleine Stücke schneiden. Dann die Quitten mit etwas Apfelsaft in einen Topf geben und köcheln lassen bis sie weich sind. Nun den Gelierzucker und den Vanillezucker dazu geben, gut umrühren und die Masse nach Belieben mit dem Pürierstab pürieren.

Dann die Marmelade aufkochen lassen und mindestens drei Minuten sprudelnd kochen. Mit Zimt und Rum abschmecken. Die Marmelade nun vorsichtig in Gläser abfüllen, fest verschließen und auf den Kopf stellen bis sie erkaltet sind.

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

Von September bis November strahlt die Quitte in ihrem leuchtenden Gelb von den Bäumen. Aufgrund ihrer späten Reife sind sie – was die Ernte betrifft – die Spätzünder unter den Kernobst-Sorten. Ansonsten stehen sie zum Beispiel Äpfeln oder Birnen jedoch in nichts nach.

Mit lediglich 38 Kalorien pro 100 Gramm sind Quitten ein figurbewusster Snack, der zudem auch noch reich an Vitamin C und Ballaststoffen ist und viele Mineralstoffe wie Eisen, Zink und Kalium enthält. Doch direkt vom Baum sollte man die Quitte hierzulande besser nicht essen. Ihr Fruchtfleisch ist extrem hart und holzig und sie schmeckt oft bitter. Die Shirin-Quitte, die meist aus der Türkei kommt, ist die einzige Ausnahme. Sie schmeckt auch im rohen Zustand.

Werden Quitten gekocht oder gebacken, wird ihr Fruchtfleisch – unabhängig von der Sorte – weich. Sie eignen sich daher besonders gut für die Herstellung von Marmelade, Gelee, Kompott oder auch Sirup.



Scharfsinn	▽	▽	griechische Insel	▽	Spielkarte	Temperaturskala	Stallung	südafrik. Partei (Mandela)	dt. SPD-Politikerin (Andrea)	so-undsovielte (math.)	unheimliches Geisteswesen	▽	▽	arabisch: Sohn	englisch: dieses	offizieren	▽	Eigelb
Schiffsführer	▷										Distanz	▷			▽			▽
Einkaufsbehälter			Nackten		Luft holen	▷				4				ein Getränk (Kw.)		Abk.: bis oben	▷	
	▷		▽								fettähnliche Substanz		Obergrenze	▷	5			
Spitzname Eisenhowers	▷			Kühnheit	▷			Stadtteil der ungarischen Hptst.		seem.: Mannschaftsraum		▷				siegreiches Streben		
	▷				vollständig, gänzlich		Staat in Westafrika	▷					Drama von Shakespeare		Quadrillefigur			
mobile Verkaufsstelle		Gegebäude-teile	wirtschaftl. unabhängig	religiöse Lehrer der Hindus	▷					robust, standfest		Radio-konsument	▷					
Papierzusammenhefter	▷	▽	▽				waschaktive Substanz		ölhaltige Nutzpflanze				US-Militär-sender (Abk.)	▷				indischer Gott des Feuers
	▷		9	poetisch: Kissen		Gewinnbeteiligung	▷							Berliner Großkaufhaus (Abk.)		Länder jenseits der Ozeane		▽
Hauptstadt Babylo-niens			Hotel-dieners	▷				engl. Kose-wort für Vater	▷			griechischer Buch-stabe		intelligent	▷			
dt. Filmschau-spielerin, † 2017	▷				1				Laute von Hunden			Wohl-befinden	▷				10	
anheimelnd	▷					Vorname von US-Filmstar Baldwin		Sitz-bade-becken	▷					franz. Departement-hptst.		Fremd-wortteil: zwei	▷	
	▷		46. US-Vize-präsident (Dick)		Karpfen-fisch, Döbel	▷					Hühner-vogel		Kamera-objektiv (Kw.)	▷				Berg-völker in Laos
albanische Währung		Frauen-name	englisch: Kind	▷				absoluter Superlativ		Teil des Flugzeugs	▷							
Backzutat	▷				starkes Ver-langen		Napoleons Exil (Insel)	▷					US-Schrift-steller, † 1849	▷			Haar-tracht	
Apfelsine		techn. Erweiterung		Kanal-stufe	▷								nicht gegen		höchster Vulkan Hawaiis	▷		
	▷	3				niederl. Namens-teil	▷		spanischer Sänger (Julio)			große Distanz	▷					ein Farbton
Raum zur Speizen-zubereitung	▷						Jazz-führungs-stimme		ein Werkzeug		6			Atom-abart			chem. Zeichen für Zink	▽
	▷			Nerven betref-fend		Ruhe-möbel	▷					Blut-flüssigkeit		veraltet: jetzt	▷			
englisch: leicht, einfach		Bart-schur		Wüsten-land-schaft in Israel	▷			bayer. Männer-kose-name		engl.: Ge-schenk	▷				7			
hervorstehen	▷					Kletter-tier, Primat		Strick	▷				Laut, Klang	▷			Bam-berger Domherr (11. Jh.)	▽
	▷			Stadt im Norden Brabants (Niederl.)		Brief-empfän-ger	▷						Einheit der Stoff-menge		deutsche Vorsilbe	▷		
starkes Seil		dt. Kom-ponist, † (Carl)	▷				griech. Vorsilbe: bei, da-neben	▷			int. Kfz-K. Litauen		ital. Auto-renn-strecke	▷				8
grob	▷			2				Kleinst-com-puter	▷							Adels-prädikat	▷	
bayr. Frauen-kose-name	▷				rost-freies Metall	▷								franzö-sische Ver-einigung	▷			

DP-1925-1023-44

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



# Lilavita®

STÄRKE DEINE  
ABWEHRKRÄFTE.

PREMIUM  
APOTHEKEN  
QUALITÄT



JETZT EXKLUSIV  
IN DER BÄREN-APOTHEKE:

**LILAVITA  
IMMUN AKTIV**

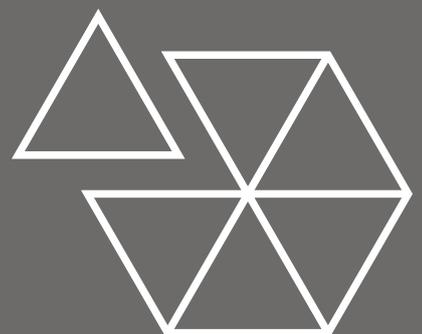
TÄGLICHE UNTERSTÜTZUNG  
FÜR DAS IMMUNSYSTEM

Immun Aktiv ist die Nahrungsergänzung speziell für unser Immunsystem in hochdosierter Form. Die enthaltenen Vitamine und Mineralstoffe sind durch den Maitake-Pilz, Holunderbeeren-Extrakt, Citrus-Bioflavonoide und OPC ergänzt. Damit bieten sie dem Körper, gerade vor und während der Erkältungszeit eine hoch- und breit-dosierte Unterstützung. Vitamin E, Zink, Vitamin D3 und Vitamin C unterstützen die Zellen bei oxidativem Stress.

Alle Stoffe in Kombination tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Immun Aktiv ist damit die wertvolle Mikronährstoff-Zusammensetzung für ein starkes und effektives Immunsystem. Im Vergleich zu marktüblichen Trinkfläschchen oder Granulaten ist unser Produkt frei von Konservierungsstoffen, Aromen und Süßstoffen.

Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und Pflanzen-Extrakten

30 Kapseln | UVP: 16,95 €  
90 Kapseln | UVP: 42,95 €



# Bärenstarke Knallerpreise

NOVEMBER  
2023

JETZT BIS ZU  
**42%  
SPAREN!**

ASS-ratiopharm® PROTECT  
100 mg\*\*

**SPAR 42%**



100 Tabletten  
statt ~~5,19 Euro~~  
**2,99 €**

orthomol immun®  
Trinkfläschchen

**SPAR 30%**



30 Tagesportionen  
statt ~~69,99 Euro~~  
**48,99 €**

GeloMyrtol® forte

**SPAR 33%**



60 Kapseln  
statt ~~33,00 Euro~~  
**21,99 €**

Bronchipret® Tropfen

**SPAR 34%**



100 ml  
statt ~~20,50 Euro~~  
**13,49 €**  
11 = 134,90 €

aponorm® Basis Control  
Blutdruckmessgerät Oberarm

**TOP PREIS**



1 Stück  
**32,99 €**

immunLoges® Saft

**SPAR 28%**



150 ml  
statt ~~21,60 Euro~~  
**15,49 €**  
11 = 103,27 €

IbuHexal® akut 400 mg\*\*

**SPAR 33%**



50 Filmtabletten  
statt ~~12,00 Euro~~  
**7,99 €**

Diclox® forte\*\*

**SPAR 36%**



100 g  
statt ~~18,98 Euro~~  
**11,99 €**  
1 kg = 119,90 €

Vitamin D3 Hevert® 2000 IE

**SPAR 31%**



120 Tabletten  
statt ~~17,49 Euro~~  
**11,99 €**

\* 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 ausbezahlt wird). Gültig vom 01.-30.11.2023 und solange der Vorrat reicht in den teilnehmenden Bären-Apotheken. Abgabe in handelsüblichen Mengen. Keine Haftung für Druckfehler. Abbildungen ähnlich. Stand: 04.10.2023. 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. Marco Müller 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. Jochen Griphöfer e.K.  
Hauptstr. 34 · 59519 Möhnesee-Mörbecke

**Bären-Apotheke im Ringcenter** · 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.  
Schaumburgstr. 4a · 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.  
Marktstr. 22 · 59457 Werd

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



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