

Ihre ganz individuelle Vitamin- und Mineralstoffmischung

Neu in der Rathaus-Apotheke!

Individuelle HCK-Vitalstoffmischungen



HCK-Vitalstoffmischungen enthalten 5 Präparate in einer Granulatmischung:

- Vitamine
- Mineralien, Spurenelemente
- Aminosäuren, Quasi-Vitamine
- Bioflavonoide, sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe
- prebiotische Ballaststoffe

und in 2 Löffeln ist alles drin!

Innerhalb von 10 min. ermitteln wir in einem Beratungsgespräch Ihren individuellen Bedarf an Vitalstoffen. In den Vitalstoffbedarf fließen u.a. folgende Faktoren ein

- Alter, Geschlecht, Körpergewicht
- Ernährungsgewohnheiten/ Genussmittel
- Umweltbelastungen/ Rauchen
- Stressbelastung, sportliche Aktivitäten
- Familiäre Veranlagung
- Gesundheitszustand/ Störung/ Erkrankung
- Medikamente

HCK®-Vitalstoffe stehen für ...

- mehr Leistung
- besseres Immunsystem
- höhere Stressresistenz
- mehr Vitalität
- bessere Regeneration

Für eine individuelle Beratung stehen wir* Ihnen jederzeit zur Verfügung.

(Beratung und Vorschlag einer Vitalstoffmischung: 3,- € Verrechnung beim Kauf einer Vitalstoffmischung.)

***Sprechen Sie uns an:**

Dorothea Weber
 Astrid Polei
 Kornelia Fröhlich

und Ihr internationales Team der Rathaus Apotheke



Sie sind einzigartig – Ihre Vitalstoffmischung auch!

Apotheker Dr. Klaus Fehske

GESUNDHEITSZEITUNG

aus Ihrer



Rathaus-Apotheke Internationale Apotheke Dr. Klaus Fehske



Dr. Klaus Fehske
Fachpharmakologe DGPT,
Fachapotheker für
Arzneimittelinformation,
Theoretische und
Praktische Ausbildung –
Gesundheitsberatung,
Ernährungsberatung

Januar-Ausgabe
2005

AUS DEM INHALT:

**Das internationale Team
Ihrer Rathaus-Apotheke
+ 2 neuen Erdenbürgern**
Seite 2

**Bilder unserer
Weihnachtsfeier +
Unsere Pläne für 2005**
Seite 35

**Unsere Empfehlung:
HCK-Vitalstoffmischungen**
Rückseite

freecall

**Unsere kostenlose
Servicerufnummer
0800 5809500**

Allen Kunden der Rathaus-Apotheke wünschen wir ein glückliches und gesundes Neues Jahr 2005

... **soviele Teammitglieder** wie in diesem Jahr haben Sie auf unserm alljährlichen Teamphoto **noch nie** gesehen! Diejenigen von Ihnen, die eine Kundenkarte bei uns haben, haben dieses Bild bereits als Adventspost erhalten. Da wir häufig gefragt worden sind, wer das denn alles ist, finden Sie *auf der Seite 2* alle Namen – und dort finden Sie gleichzeitig auch noch die Bilder von 2 ganz jungen Erdenbürgern, die noch vor dem Jahresende zur Welt kamen: Am 18. November hat **Doreen Dempe-Schröder ihre Eileen Mareen Christin** zur Welt gebracht und am 12. Dezember **Anikó Eitze ihren Marton Jerome** – mit den jungen Familien unserer beiden PTAs freuen wir uns sehr und wünschen ganz viel Freude zusammen.

Auf der Seite 35 finden Sie **Bilder unserer diesjährigen Apotheken-Weihnachtsfeier** mit ein paar Gedanken zur gegenwärtigen Situation in Deutschland und den Plänen für unsere/Ihre Rathaus-Apotheke für 2005. Ein ganz individuelles Programm zur Deckung ihres Vitamin- und Mineralstoffbedarfs finden Sie auf der Rückseite – fragen Sie **unsere Apothekerinnen Dorothea Weber oder Astrid Polei**. Nach einer ca. 15-minütigen Erfassung Ihrer speziellen Anforderungen erhalten Sie eine ganz **individuell auf Sie**



abgestimmte Granulat- Mischung mit allen für Sie empfehlenswerten Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen! Damit Sie möglichst lang fit und gesund bleiben – auch 2005 helfen wir Ihnen gern dabei!

Ihr

und das internationale
Rathaus-Apotheken Team

PS: Haben Sie manchmal Gedächtnisprobleme? Am 18. Januar startet unter der Leitung von Frau Ursula Docke in dem Seminarraum des „Gesundheitszentrum Badstraße“ ein 10-wöchiger Kurs zum Gedächtnistraining – Kontakt: Frau Ursula Docke Tel. 02331- 8 61 50

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN:

Von 7.30 bis 20.00 Uhr durchgehend geöffnet, Samstag 8.00 bis 18.00 Uhr
oder im Internet unter: www.apotheke-fehske.de

58095 Hagen • Badstr. 4 • Telefon 915980 • Fax 9159821

Das internationale Team Ihrer Rathaus-Apotheke

1. Klaus Fehske

Fachpharmakologe DGPT,
 Fachapotheker
 für Arzneimittelinformation,
 Offizinpharmazie,
 theoretische u. praktische Ausbildung,
 - Ernährungsberatung,
 - Gesundheitsberatung

2. Hiltrud Fehske

Fachapothekerin Offizinpharmazie

3. Annette Sieper

Fachapothekerin Offizinpharmazie,
 - Ernährungsberatung,
 - Gesundheitsberatung

4. Dorothea Weber

Fachapothekerin Offizinpharmazie,
 - Gesundheitsberatung

5. Astrid Polei

Diplom-Apothekerin

6. Sara Hinz

Fachapothekerin Offizinpharmazie,
 - Ernährungsberatung,
 - Gesundheitsberatung

7. Dagmar Linnemann

Apothekerin

8. Fatima Muth

Fach-PTA für Ernährungsberatung,
 Helferin

9. Lore Höfinghoff

PTA, Dipl. Biologin

10. Anikó Eitze

PTA, PKA

11. Jana Birkholz

PTA

12. Nektaria Paximadaki-Giannakaki

PTA

13. Kornelia Fröhlich

PTA



14. Doreen Dempe-Schröder

PTA

15. Sabine Dunsch

PTA

16. Susanne Witte

PTA

17. Kornelia Gregel

PTA

18. Gabriele Nowakowski

PTA, Dipl. Ing. Agrar

19. Heike Odendahl

PTA, Chemielaborantin

20. Angelika Göbel

PTA, Helferin

21. Patricia Manteufel

PTA

22. Ingrid Adam

Helferin

23. Stefanie Wahn, Helferin

24. Anja Vormann, PKA

25. Jolanta Biskup, PKA

26. Ramona Zimmermann,

PTA-Praktikantin/PKA

27. Markus Gierke, PTA-Praktikant

28. Pinar Serin, PKA-Azubi

29. Ikram Chouafi, PKA-Azubi

30. Canan Ulutas, PKA-Azubi

31. Jana Hecht, Schülerin (Aushilfe)

32. Dagmar Brylka, Sekretärin

33. Vaska Band, Reinigungshilfe

34. Zaklina Boskovic, Reinigungshilfe

35. Stephan Fehske

Student Marketing u. Betriebswirtschaft

Hier finden Sie alle Mitglieder Ihres internationalen Rathaus-Apotheken-Teams. In diesem Jahr haben wir etwas anders sortiert – nämlich nach den Berufen, der wöchentlichen Arbeitszeit und der Betriebszugehörigkeit.

Eileen Mareen Christin

geb. 18.11.2004

Mutter: Doreen Dempe-Schröder

Marton Jerome

geb. 12.12.2004

Mutter: Anikó Eitze

Den jungen Familien wünschen wir viele glückliche Stunden miteinander. Das Team der Rathaus-Apotheke ist stolz darauf, dass beide jungen Mütter sehr bald

wieder bei uns arbeiten wollen. Wir werden versuchen, den Beruf und die Familie für diese jungen Mütter so gut wie möglich vereinbar zu machen.

EILEEN MAREEN CHRISTIN

MARTON JEROME



Meiner Frau und mir ist es ausgesprochen wichtig, dass wir ein familienfreundlicher Betrieb sind und unsere Mitarbeiterinnen sich nicht zwischen **Beruf und Familie** entscheiden müssen, sondern **beides miteinander vereinbaren können**. Wir wissen aus eigener Erfahrung mit unseren vier Kindern, wie schön Familienleben ist, und wollen den Mitarbeiterinnen gleichzeitig so individuell wie möglich, die Chance zur Berufsausbildung geben!

Übrigens in der nächsten Ausgabe Ihrer Gesundheitszeitung wollen wir einmal zusammenstellen, wie viele Kinder unsere Mitarbeiter in der Apotheke haben, und wie viele in den letzten 21 Jahren in dem ständig wachsenden Team geboren wurden.

Weihnachtsfeier des internationalen Rathaus-Apotheken Teams

Unsere diesjährige Weihnachtsfeier fand statt in einem wunderschönen Restaurant in Iserlohn-Obergrüne – „Zur Mühle“ der Familie Ralf und Petra Hombeck. Wir waren uns alle einig: Von den Weihnachtsfeiern der letzten Jahre war dies sicher eine der schönsten, harmonischsten, aber auch wichtigsten! Der Service im Haus der Mühle war hervorragend, das Essen war Spitzenklasse und die Organisation superprofessionell und unauffällig – danke an die Familie Hombeck und ihr Team! Mit einem eigenen Bus wurden wir an der

Apotheke abgeholt - dem „Rathaus-Apotheken-Weihnachtsexpress“. Unterwegs gab es bereits einen Schluck roten Sekt aus unseren neuen Probiertgläsern der Apotheke. Nach einem außerordentlich frischen und schmackhaften Vorspeisenbuffet, gab es einen Jahresrück- und -ausblick vom Chef natürlich im 7er Rhythmus, einen phantastischen Hauptgang - und vor dem Dessert noch eine echt pharmazeutische Feuerzangenbowle gemischt, zelebriert, entzündet und ausgeteilt von Vater und Sohn, dem Jung-Apotheker Christian. Gegen 2 Uhr waren wir wieder daheim – aber es war wunder-



schön und wir glauben als Team fit und gut gerüstet für das Jahr 2005 zu sein! Ein paar Gedanken aus der Rede sowie ein Abschlussgedicht von der Mutter Goethes, das wir vom hervorragenden Generalmusikdirektor des Städtischen Orchesters Antony Hermus erhalten haben:



7 ausgewählte Kommentare aus unterschiedlichen Quellen zur augenblicklichen Situation in Deutschland „Erstarrung und Ideenlosigkeit“

1. Kein Volk quält sich so lustvoll mit der Nabelschau der eigenen Probleme – Handeln statt klagen!
2. „Man muss die Kuh füttern, die man melken will“ – „Hamster gegen Kraftwerk“
3. „Wenn andere billiger sind, müssen wir besser sein!“
4. Der Weg in die 35-Stunden-Woche war eine fatale Sackgasse – wir benötigen dringend wieder die Freude an der Arbeit und die Lust an der Leistung (Thatcher)
5. man muss die Schwachen vor den Starken schützen – aber auch vor den Faulen
6. statt Ausländerkonfrontation benötigen wir eine konstruktive systematische Ausländerintegration – wir sind beispielhaft!
7. Zur Trendwende benötigen wir dringend neue Ideen, Eroberung neuer Märkte, Flexibilität der Arbeitszeiten, Anpassung an Kundenbedürfnisse, Kinderfreundlichkeit – ich denke auch hier sind wir schon sehr weit in unserem Betrieb Guido Westerwelle hat sehr knapp zusammengefasst: „**Vorsprung verliert man durch Nichtstun!**“

Das Internationale Team der Rathaus-Apotheke

1. Wir haben den 1. Platz der Hagener Innenstadt-Apotheken gewonnen und wollen weiter zeigen, dass wir ihn verdient haben
2. Wir wollen für unsere Kunden mehr als nur „Packungen abgeben“ – wir wollen aktive Beratungsangebote machen und Gesundheitsvorsorge anbieten.
3. Im immer unübersichtlicher werdenden Gesundheitsmarkt wollen wir für unsere Kunden faire Lotsen sein, als kompetente Partner, die sich ständig weiterbilden.
4. Unseren Kunden wollen wir eine möglichst individuelle Lösung ihrer Probleme anbieten – von den Arzneimitteln, über Naturheilmittel, Nahrungsergänzungsmittel und Kosmetik bis hin zu Vorträgen und Seminaren.
5. Das Team der Rathaus-Apotheke versucht gemeinsam die bestehenden Arbeitsplätze zu erhalten, indem jeder einzelne fair, engagiert und verantwortungsvoll seine Aufgaben erfüllt, dabei aber auch die Aufgabe in der Familie wie Kinderbetreuung berücksichtigt werden.
6. Auch die Freude und gute Laune miteinander, mit unseren Kunden und für

Rezeptvorschlag für ein ganzes Jahr

Man nehme zwölf Monate,
putze sie ganz sauber von Bitterkeit,
Geiz, Pedanterie und Angst.

Zerlege sie jeden Monat in 30 oder 31
Teile, so dass der Vorrat genau
für ein Jahr reicht.

Es wird jeder Tag einzeln angerichtet,
aus einem Teil Arbeit,
zwei Teile Frohsinn und Humor.

Man füge 3 gehäufte Eßlöffel
Optimismus hinzu,
1 Teelöffel Toleranz ein Körnchen
Ironie,
und eine Prise Takt.

Dann wird die Masse sehr
reichlich mit Liebe übergossen.

Das fertige Gericht schmückt man
mit einem Sträußchen
kleiner Aufmerksamkeiten
und serviert es täglich mit Heiterkeit.

Katharina-Elisabeth Goethe
(Mutter von Johann Wolfgang von Goethe)

unsere Familien darf nicht zu kurz kommen. Gleichzeitig wollen wir Ihnen immer wieder etwas Interessantes Neues bieten – seien Sie gespannt auf das Jahr 2005

7. Aber wir wissen auch, dass wir nicht alles selbst beeinflussen können und danken Gott, dass wir so viele gute Dinge bisher erleben durften und bitten darum, dass unsere Anstrengungen auch weiter Früchte tragen mögen.