



„Der Fisch kann nur
so gesund sein,
wie das Wasser,
in dem er schwimmt!“



Zurzeit nehmen Astrid Polei und Klaus Fehske an einer umfassenden Weiterbildung zum „Fachapotheker für Naturheilverfahren und Homöopathie“ teil. Dabei wird immer wieder betont, dass unsere Körperzellen von Flüssigkeiten umgeben sind, die deren Funktion sehr beeinflussen können. Diejenigen Menschen, die ihren Organismus stark belastet haben durch lange Krankheiten, Umweltgifte, ungesunde Ernährung, mangelndes Trinken oder aber auch Dauereinnahme vieler Arzneimittel, sollten diese Schlackenstoffe hin und wieder aus dem Gewebe „ausleiten“.

7 mögliche Bestandteile einer natürlichen innerlichen Reinigung

- Analyse: Säure, Haarmineralstoffanalyse, Blutdruck, Blutparameter etc.
- Säure-Basen-Haushalt
- Bindegewebsentgiftung („Pischinger Raum“)
- Anregung der ausleitenden Organe
- Ausreichendes Trinken
- Darmreaktivierung
- Ernährungsumstellung als Vorsorge

Selbstverständlich muss nicht jeder alle sieben Stufen der Ausleitung durchführen – wir beraten Sie gern ganz individuell – wenden Sie sich am besten an unsere Spezialisten auf diesem Gebiet Annette Sieper, Astrid Polei, Susanne Witte, Fatima Muth, Dorothea Weber oder Klaus Fehske. Im Rahmen der Vortragsreihe des „Gesundheitszentrums Badstraße“ finden übrigens folgende Vorträge statt:

Donnerstag, 7. April

Prof. Dr. Elfriede Leniger-Follert

**„Behandlung von
Durchblutungsstörungen durch
Magnesium-Ionen und
molekularen Sauerstoff“**

Donnerstag, 28. April

Dr. Klaus Fehske

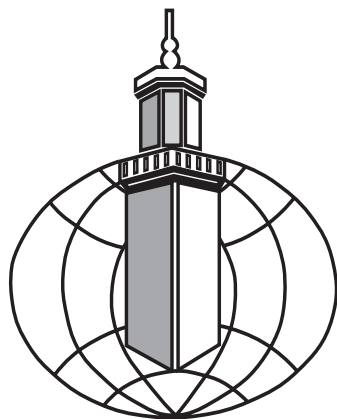
**„Frühjahrsmüdigkeit –
Entschlackung Ihres Körpers
auf natürlichem Wege“**

**Sie sind herzlich
eingeladen.**

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

April-Ausgabe
2005

AUS DEM INHALT:

**2 Betriebsjubiläen in der
Internationalen
Rathaus-Apotheke**
Seite 2

100 Jahre Rotary
Seite 47

**Gesund wie ein Fisch
im Wasser:
Homöopathie**
Rückseite

freecall

Unsere kostenlose
Servicerufnummer
0800 5809500



Liebe Leser der Gesundheitszeitung,

zwei Jubilare haben wir mal wieder zu feiern! Steffi Wahn und Dagmar Brylka sind jeweils seit 10 Jahren in der Rathaus-Apotheke tätig! Auch wenn viele von Ihnen die beiden nur vom Telefon her kennen, tragen doch beide sehr zum Gelingen des geordneten Ablaufes bei uns bei. (Näheres auf der Seite 2)

Der Serviceclub Rotary International ist gerade 100 Jahre geworden! Viele von Ihnen wissen, dass ich seit vielen Jahren überzeugtes Mitglied dieser internationalen Gemeinschaft bin – zur 100-Jahr-Feier der Deutschen Rotary Clubs bin ich sogar extra für einen Tag nach Berlin gefahren. Ein paar Informationen über Rotary finden Sie auf der Seite 47.

Astrid Polei und ich selbst nehmen zur Zeit an einer sehr umfangreichen Weiterbildung zum „Fachapotheker für Naturheilkunde und Homöopathie“ teil. Wundern Sie sich also nicht, wenn Sie in der nächsten Zeit vermehrt Beratungshinweise von unserem Team erhalten, die auch naturheilkundliche Empfehlungen enthalten. Auf der letzten Seite finden Sie daher eine Reihe von Hinweisen über eine natürliche Entschlackung Ihres Körpers gerade im Frühjahr, damit Sie sich wieder wie ein „Fisch im Wasser“ fühlen.

Dass Sie sich im unruhigen Monat April so wohl fühlen mögen,

wünschen Ihnen

und das gut gelaunte
internationale Rathaus-Apotheken-Team



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 Wohlbefinden der Mitarbeiter ist die Basis
für das **Wohlbefinden unserer Kunden** und sichert damit
den **Erfolg** unseres **Unternehmens**
und die **Sicherheit** der einzelnen **Arbeitsplätze**.

Diesen Unternehmensleitsatz finden Sie im Kundenraum (OFFIZIN) der Rathaus Apotheke ganz oben stehen – und er bestimmt auch das Zusammenleben der Teammitglieder untereinander ganz wesentlich!

So wundert es nicht, dass wir schon häufig die Gelegenheit hatten, langjährige Betriebszugehörigkeit mit einer kleinen Feier zu würdigen. Das bisher langjährigste Teammitglied war unsere unvergessene Christel Runde, die vor zwei Jahren gestorben ist und immerhin 35 Jahre im Team der Rathaus-Apotheke gearbeitet hat.

Es macht uns froh und auch ein wenig stolz, dass in den 22 Jahren, in denen meine Frau und ich die Apotheke leiten, nur eine einzige Mitarbeiterin die Apotheke aus sehr persönlichen Gründen verlassen hat. Die übrigen unterschiedlichen Mitarbeiterinnen hatten gut nachvollziehbare Gründe wie Wegzug, Familiengründung ohne Wunsch weiterzuarbeiten, Berufswechsel, Ausbildungsende etc.

Unsere Mitarbeiter stellen unser wichtigstes Kapital dar. Sie werden nach drei einfachen, aber für uns notwendigen Kriterien ausgesucht:

1. freundliches Lächeln „von innen heraus“
2. Teambereitschaft und Teamfähigkeit
3. unendliche Neugier

Selbstverständlich gibt es Mitarbeiter, die diese Kriterien nicht befürworten und uns dann während oder nach der Probezeit verlassen, die übrigen, die diese sehr festen Vereinbarungen zum fairen Umgang miteinander akzeptieren, mögen uns nicht mehr verlassen – so wie die beiden diesjährigen Jubilare.



Anlässlich des 10-jährigen Betriebszugehörigkeits-Jubiläums überreichen Hiltrud und Klaus Fehske die Orchideen an die beiden Jubilare Dagmar Brylka und Stefanie Wahn.

Dagmar Brylka kam vor 10 Jahren auf eine Anzeige: „zuverlässige Halbtags-Sekretärin gesucht“. Die ehemalige Sekretärin meines Vaters, Frau Lilly Jansen, hatte ich übernommen. Sie ging damals in den wohlverdienten Ruhestand und ich hatte etwas Sorge, wie es weitergehen sollte. Die Begegnung mit Dagmar Brylka war so etwas wie „Liebe auf den ersten Blick“. Ich hatte sofort

beim Vorstellungsgespräch den Eindruck, hier steht eine Frau vor dir, die nicht täglich darauf besteht, jetzt Feierabend zu haben, die sehr selbstständig arbeiten kann, die fast immer gute Laune hat, die eine hohe soziale

und fachliche Kompetenz hat und die stets außerordentlich loyal ist. Dieser Eindruck hat sich in den 10 Jahren unserer täglichen Zusammenarbeit nur verstärkt. Inzwischen verstehen wir uns bei vielen Betriebsabläufen fast blind – Frau Brylka ist ein wesentlicher Faktor für den reibungslosen Ablauf in der Apotheke.

Stefanie Wahn ist ebenso inzwischen etwas über 10 Jahren bei uns. Sie hat zunächst ihre Lehre zur Apothekenhelferin bei uns gemacht. An-

schließend hat sie dann mehrere Tätigkeiten außerhalb der Apotheke ausgeübt, bis die Rathaus-Apotheke so groß geworden war, dass wir den Bereich der Warenlagerverwaltung nicht mehr mit einer Helferin allein bewältigen konnten. Wir haben damals „unsere Steffi“ gefragt, ob sie nicht wieder zurück in ihren Lehrbetrieb wolle – wir wüssten doch nun beide, was wir aneinander haben. Und so ist Steffi Wahn im Laufe der letzten Jahre zu einer unentbehrlichen Unterstützung für Ingrid Adam geworden. Zusammen mit Anja Vormann sorgen die „Drei im Hintergrund“ dafür, dass „wir vorn“ immer ausreichende Ware haben, die wir an Sie – unsere Kunden – abgeben können. So haben wir heute über 17.000 verschiedene Artikel vorrätig (Durchschnittsapotheke 8-12000) und können Ihnen garantieren, dass wir 97% aller nachgefragten Produkte sofort für Sie vorrätig haben – der Rest wird auf Wunsch in der Regel noch abends ausgeliefert.

So erfüllen auch zwei Mitarbeiterinnen, die Sie nur sehr selten zu Gesicht bekommen, sehr wichtige Aufgaben für den Gesamtprozess des Betriebes. Wir hoffen, mit beiden zuverlässigen Mitarbeiterinnen noch lang zusammenarbeiten zu können.



Die zentrale Feier von Rotary in Deutschland fand am Samstag, dem 19.3.05 in Berlin statt.

Das war mir so wichtig, dass ich mit einem guten rotarischen Freund zusammen morgens um 6 Uhr losgefahren bin, an der Feier um 10.30 Uhr teilgenommen habe und um 18 Uhr wieder aus Berlin zurück war. Festredner der Veranstaltung war übrigens der ehemalige Bundesumweltminister und heutige Exekutive Direktor UNEP der UNO, Prof. Dr. Klaus Töpfer. Er bezeichnete Rotary als wichtigste NGO (nicht Regierungsorganisation) als Partner der UNO weltweit.

Für mich persönlich ist die friedensstiftende Arbeit von Rotary weltweit sehr wichtig. So hat unser Club in Hagen enge Kontakte zu Clubs in zwei Städten, wo es im 2. Weltkrieg viel Leid und Hass gab – in Caen an der Normandie Küste und in Schiedam in der Nachbarschaft von Rotterdam. Auch durch die kleinen persönlichen internationalen Kontakte und Besuche von Rotariern untereinander wird eine internationale Freundschaft auf-

gebaut, die größere kriegerische Auseinandersetzungen in der Zukunft eigentlich fast unmöglich erscheinen lassen. Ich selbst habe in den letzten Jahren über 130 Clubs in inzwischen 13 Ländern besucht.

Ein paar weitere Informationen habe ich der Festschrift des RC Hagen Lenne, unseres 2. Hagener Rotary Clubs, entnommen, die zum Benefizkonzert mit dem Musikkorps der Bundeswehr am 8. März herausgegeben wurde:

Rotary International ist die älteste Serviceclub-Organisation der Welt und umfasst heute mehr als 30.000 Clubs in 163 Ländern. Die Rotarier bilden ein internationales Netzwerk von Freiwilligen, die sich in ihren Städten und Gemeinden ehrenamtlich engagieren, sich aber auch für die Lösung internationaler Probleme einsetzen. Rotarys Motto lautet: „Service above Self“ – Selbstloses Dienen. In diesem Motto findet der humane Geist seinen Ausdruck, der die 1,2 Millionen Mitglieder inspiriert. Die Freundschaft untereinander und die Zusammenarbeit in Projekten auf lokaler und internationaler Ebene prägen die rotarische Clubkultur.

Paul Harris und die Rotation

Entstanden ist Rotary im Jahre 1905. Der junge Rechtsanwalt Paul Harris sammelte damals in Chicago Männer um sich. Das Ziel war, Freundschaft zu pflegen und sich in regelmäßigen Zusammen-

100 Jahre Rotary

künften über persönliche und berufliche Erfahrungen auszutauschen. Anfangs traf man sich abwechselnd in den Geschäftsräumen der Mitglieder, sozusagen in „Rotation“. So entstand der Name Rotary.

Die Idee des Paul Harris breitete sich schnell aus. Bereits 1910 gab es in den USA 16 Rotary-Clubs, und schon bald überquerte der rotarische Gedanke auch den Atlantik. London, Dublin und Belfast waren die ersten europäischen Standorte. In Deutschland dauerte es – durch Krieg und Nachkriegsorgen bedingt – etwas länger.

Vor rund 75 Jahren, nämlich 1927, entstand in Hamburg der erste deutsche Rotary Club. Heute gibt es in Deutschland 866 Clubs mit mehr als 42.000 Mitgliedern.

Dienstbereitschaft im täglichen Leben

Seit der Gründung Rotarys haben sich einige grundlegende Prinzipien herausgebildet, die sich die Rotarier als Maßstab ihres Handelns gesetzt haben. Das Ziel von Rotary, zuerst 1910 formuliert und mit zunehmender Ausbreitung weiterentwickelt, ist Dienstbereitschaft im täglichen Leben.

Rotarier streben dies auf folgenden Wegen an:

- durch Pflege der Freundschaft
- durch hohe ethische Grundsätze im privaten wie im beruflichen Leben

➤ durch Förderung verantwortungsbewusster Betätigung zum Nutzen der Allgemeinheit

➤ durch aktives Eintreten für Frieden und Verständigung unter den Völkern

Das sogenannte Berufsklassenprinzip stellt sicher, dass das Mitgliederprofil eines Clubs repräsentativ für das jeweilige Gemeinwesen ist. Die Klassifizierung erfolgt aufgrund des Berufs- oder Geschäftsbereichs, in dem ein Mitglied tätig ist. Sinn dieses Systems ist eine größtmögliche Berufsvielfalt, die das Clubleben stimuliert und das Fachwissen für die Serviceprojekte bereitstellt.

Rotarier setzen sich ehrenamtlich ein in den Bereichen Berufsdienst, Gemeindienst, im internationalen Dienst, für die Förderung der Jugend, z.B. durch Studienstipendien und Jugendaustauschprogramme sowie über eine global agierende Stiftung, die Rotary Foundation, für humanitäre Aktionen überall in der Welt. Als bisher größte Herausforderung hat sich Rotary weltweit dem Kampf gegen die Kinderlähmung verschrieben.

Aktuell konnte die jährliche Neuerkrankung mit Kinderlähmung von bisher 350.000 pro Jahr weltweit auf unter 1000 Neuerkrankungen durch dieses Rotary Hilfsprogramm „Polio Plus“ gesenkt werden – in spätestens 5 Jahren soll die Kinderlähmung ganz ausgerottet sein!

