



Aktionen im April

April 2017:

Frei Atmen - Lungengesundheit!

Entscheidenden Anteil für unsere Atmung hat die Lunge. In bis zu 25.000 Atemzügen pro Tag wird Sauerstoff in den Organismus transportiert, um damit die Zellen zu versorgen. Gleichzeitig wird Kohlenstoffdioxid nach außen abgegeben.

Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Lungengesundheit optimal ganzheitlich stärken, welche Risikofaktoren - z.B. Wohngifte oder Rauchen - vermeidbar sind und welche natürlichen Maßnahmen bei bestehenden Beschwerden sanft unterstützen.



06. April 2017:

Lierac Kurzbehandlungen

Sichern Sie sich Ihren persönlichen Termin! 20 Euro Schutzgebühr; wird beim anschließenden Kauf von Produkten verrechnet.

10. April 2017:

Gesundes Haar durch Pflanzenkraft!

Wir stellen Ihnen am 10. April, abgestimmt auf Ihr individuelles Haarbedürfnis, die richtige Pflegelinie der Firma Rausch zusammen.



21. April 2017:

Bioderma Promotionstag von 10:00 bis 17:00 Uhr.

27. April 2017:

Hauschka Kurzbehandlungen

Sichern Sie sich Ihren persönlichen Termin. 20 Euro Schutzgebühr; 10 Euro werden beim anschließenden Kauf von Produkten verrechnet.

Jeden Samstag verschiedene Ausschank- und Proberaktionen von 10:00 bis 14:00 Uhr!



Ihr internationales Rathaus-Apotheken Team Kompetent, engagiert, gastfreundlich!



Zubereitung von Naturheilmitteln

Internationales Team mit 10 Apotheker/innen und 30 PTAs mit 40 Weiterbildungs-Qualifikationen, 10 PKA, 7 Fahrer/innen

Individuelle und qualifizierte Beratung in z.Z. 20 Sprachen - inklusive Gebärdensprache



Steril-Herstellung

„Ganzheitliche Pharmazie“ wie Homöopathie und Naturheilmittel, Prävention

4 Kosmetikerinnen - 2 Behandlungszimmer - über 20 verschiedene Kosmetik-Depots inklusive Behandlung



Modernste Warenwirtschaft

Über 22.000 verschiedene Artikel vorrätig - 97% sofortige Lieferfähigkeit!



Kosmetik & Wellness

Gesundheits- und Ernährungsberatung, eigene „Gesundheitszeitung“ und Vortragsreihe im Sparkassen Karree des Gesundheitszentrums Badstraße



Eigene „Gesundheitszeitung“

S P 60 Min gebührenfrei Parken in den umliegenden Parkhäusern (ab 10 € Einkauf)



Mehr als 70 Std./Woche geöffnet



Lieferservice

Überzeugen Sie sich von unserer Leistungsfähigkeit

Rathaus-Apotheke
Internationale Apotheke Dr. Fehske...
Im Gesundheitszentrum Badstraße
☎ 023 31-326 63 • www.apotheke-fehske.de
Kompetent, engagiert, gastfreundlich!

5. HAGENER KUNDENSPIEGEL®
Platz 1
BRANCHENSIEGER

Unternehmer: 38 City-Apotheken
93,6 % Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Freundlichkeit: 92,9 % (Platz 1)
Brennstoffeffizienz: 91,2 % (Platz 1)
Markenkenntnis: 91,0 % (Platz 1)
Kundenloyalität: 87,8% (Platz 1)
N=706 (City-Apotheken) von N=906 (Gesamt)

MF Consulting Dipl.-Kfm. Marc Laith
www.aerndtsiegel.de Tel: 0991228847

TOP JOB

Top-Arbeitgeber
Health Care 2016

Dr. Christian Fehske und Dr. Klaus Fehske
Fachapotheker für Arzneimittelinformation, Naturheilverfahren und Homöopathie, Ernährungsberatung



GESUNDHEITSZEITUNG



Rathaus-Apotheke
Internationale Apotheke Dr. Fehske
 Im Gesundheitszentrum Badstraße
 ☎ 023 31-32663 • www.apotheke-fehske.de
Kompetent, engagiert, gastfreundlich!



Dr. Klaus Fehske und Dr. Christian Fehske
 Fachapotheker für
 Arzneimittelinformation,
 Naturheilverfahren und
 Homöopathie,
 Ernährungsberatung

April 2017 • kostenlos

Liebe Leserinnen und Leser der Gesundheitszeitung,

nun ist schon wieder das erste Viertel des Jahres 2017 herum - im letzten Monat ist erneut so viel in Ihrer Rathaus-Apotheke geschehen, dass wir sogar aussuchen müssen, über welche 7 Punkte wir Ihnen zunächst berichten wollen:

1. Eine Umfrage haben wir durchgeführt, warum unsere Kunden zu uns kommen - zunächst bei unseren Mitarbeitern und dann mit den gleichen Fragen bei unseren „Gästen“. Wesentliche Ergebnisse finden Sie auf der Seite 2 - vorab nur ein paar Stichworte: Aufmerksame **Begrüßung** und kompetente, faire Beratung waren für unser Team und unsere Gäste gleichermaßen wichtig! Für unsere Gäste war zusätzlich besonders wichtig die aktuelle **Gesundheitszeitung**, unsere **Service Karte** und unser **kulturelles und soziales Engagement** in Hagen!
2. Auf diesem Bild finden Sie gleich zwei Besonderheiten: Frau Hag Hassan ist **syrische Apothekerin**,



die auf Bitten der Apothekerkammer bei uns hospitieren kann, und Frau Archana Ratnavel hat bei uns als Schüler-Aushilfe angefangen und macht nun bereits nach bestandener theoretischer Prüfung ihr praktisches halbes Jahr der **PTA-Ausbildung** bei uns.



4. Auf Grund unserer vielseitigen Kompetenz werden wir häufig um **Vorträge** gebeten. So waren wir im März ins **INJOY** eingeladen zu einem Vortrag zum Thema: „gesundheitsbewusster Umgang mit Schmerzen“. Da beide Chefs schon diverse Marathon-Läufe hinter sich haben, können wir authentisch darüber berichten - wesentliche Charts aus dem Vortrag vor vollbesetztem Haus finden Sie auf Seite 2.



5. Dazu passt auch der Tipp von Annette Sieper zu „Dr. Fehske’s Arnika-Schmerzfluid“ als **natürliche Einreibung bei Schmerzen**.
6. Das „**Hagener Hospiz**“ ist eine Einrichtung, auf die wir lange gewartet haben und bei der wir gerade Richtfest feiern konnten. Wir sind in diese Entwicklung schon lang aktiv eingebunden und der Senior-



Chef hat sogar eine sehr persönliche Beziehung zu dem Gebäude - Näheres finden Sie auf der Seite 27. **7.** Im Februar war der Senior-Chef mal wieder unterwegs - diesmal erneut im glücklichsten Land der Welt, in **Costa Rica!** Warum dieses Land so glücklich ist und was wir davon vielleicht lernen können - und vor allem was glücklich-Sein mit Gesundheit zu tun hat, darüber wird er am **6. April im Sparkassen-Karree** berichten, Sie sind um 18 Uhr herzlich eingeladen! Gern geben wir Ihnen die Adresse der Schmetterlings-Biologin Gerlinde Blaese, die solche persönliche Reisen in Kleingruppen durch Costa Rica organisiert.



Ihr *Klaus Fehske* und *Christian Fehske*

Und das hilfsbereite internationale Rathaus-Apotheken Team

.... und damit wünschen wir Ihnen einen nicht allzu stürmischen April - gern helfen wir Ihnen, fit zu bleiben - und wenn Sie die vielen Ostereier nicht so gut vertragen - Dr. Fehske’s Rathausbitter hilft immer :)



3. Für das Zertifikat „Familienfreundliches Unternehmen“ sind wir aufgefordert worden, uns zu beteiligen. Da wir dies in unserem Betrieb auch bewusst leben, bereiten wir uns auf die Zertifizierung intensiv vor. Immerhin können wir uns in den letzten Jahren über durchschnittlich 4 bis 6 Babies im Team freuen, das letzte Baby hat „unsere Kiki“ am 07.02.2017 bekommen, den kleinen Antoni.

58095 Hagen • Badstr. 4 • Telefon 915980 • Fax 9159821 • E-mail: apotheke@fehske.de • www.apotheke-fehske.de

Von 7.30 bis 20 Uhr durchgehend geöffnet, Samstag 8 bis 20 Uhr

P 60 min gebührenfreies Parken in den umliegenden Parkhäusern (ab 10 € Einkauf)





KUNDENUMFRAGE

Umfrage unter Gästen und Mitarbeitern der Internationalen Rathaus-Apotheke „Warum kommen unsere Gäste eigentlich gern zu uns?“

Es erhielten insgesamt 100 Gäste einen Fragebogen, davon erhielten wir 66 Bögen zurück - dafür ein herzliches Dankeschön! Wir hatten 28 mögliche Antworten im Bogen vorgegeben - zwei konnten frei formuliert werden. Folgende Gründe wurden am häufigsten genannt:

1. Als Gast freundlich empfangen
2. 97% Lieferfähigkeit wird tatsächlich eingehalten
3. Team ist „präsent“ und hört aufmerksam zu
4. Persönliche „Service-Karte“ ist mir wichtig
5. Team bemüht sich, meine persönlichen Fragen und Probleme zu lösen
6. Zentrale Lage der Apotheke
7. Gute Zusatzinformationen zu Arzneimitteln und Vorbeugung
8. Breite Kompetenz - ganzheitliches Denken
9. Starkes kulturelles und soziales Engagement
10. Lange Öffnungszeiten
11. Aktuelle Gesundheitszeitung
12. Individuelle, persönliche Verabschiedung



Das Ergebnis dieser Umfrage hat uns natürlich sehr gefreut und wir haben es ausführlich im Team diskutiert. Wir werden uns bemühen, diesen Ihren Erwartungen auch weiter gerecht zu werden. Besonders auffallend ist, dass unserem Team nicht ganz so bewusst war, wie sehr von unseren Gästen diese **Gesundheitszeitung** geschätzt wird - das freut den Senior Chef natürlich besonders und er schreibt jetzt mit noch mehr Freude monatlich jeweils die wichtigsten Ereignisse auf. Gefreut hat uns auch, dass die persönliche Service-Karte und unser **vielfältiges soziales und kulturelles Engagement** in Hagen von unseren Gästen so hoch geschätzt wird.

„GESUNDHEITSBEWUSSTER UMGANG MIT SCHMERZEN“

Aktion und Vortrag im Hagener Injoy

Es war ein außerordentlich interessanter Vortrag mit vielen interessierten Nachfragen der recht gesundheitsbewussten Teilnehmer - die wichtigsten Charts finden Sie noch einmal anbei - gern können sie aber auch weitere Informationen zu dem Vortrag bei uns erhalten.



Warnungen!!

- Ölkontrolle
- Brandmelder
- Bewegungs...

Akute und chronische Schmerzen

Akut

- Warn- oder Schutzfunktion
- plötzlich
- erwartet
- Tage bis Wochen
- Diagnose leicht

Entsäuerung + Ausleitung

A: Vorbeugung:

1. weniger Säuren bzw. säureproduzierende Lebensmittel zuführen
2. Ausreichend trinken (2-4 l/Tag) abhängig vom Flüssigkeitsverlust auf anderen Wegen: Schwitzen, Durchfall etc. Ziel ist ausreichend viel normal gefärbter Urin!

B: Ausleitung:

1. Basenpräparat, Basenbad (auch Fußbad)
2. Ausleitung durch: Bindegewebsaktivator **Mundipur®**
3. Stoffwechselanregung durch **Dr. Fehskes Ausleitungstropfen®** während der Ausleitungsphase mind. 11 mehr trinken als sonst!

DR. FEHSKE'S SCHMERZFLUID

Annette Sieper erläutert diese außerordentlich wirksame natürliche Einreibung, die von uns entwickelt wurde. Gelenkschmerz, Muskelschmerz, Nervenschmerz? Was tun? Haben Sie oft Gelenkschmerzen in den Knien, Hüften, im Rücken hervorgerufen durch Verschleiß, hat Ihr Arzt bei Ihnen vielleicht sogar schon eine Arthrose oder Arthritis diagnostiziert? Quälen Sie Muskelschmerzen durch Verspannungen, oder haben Sie sich beim Sport einen Muskelfaserriss, eine Zerrung, eine Prellung oder Verstauchung zugezogen? Hat eine falsche Bewegung zu einem Hexenschuss bei Ihnen geführt, oder meldet sich Ihr Ischias-Nerv in regelmäßigen Abständen bei Ihnen? Leiden Sie unter Bandscheibenschäden, die sich regelmäßig durch Schmerzen bemerkbar machen, und haben Sie vielleicht deshalb schon große Anzahl von Ibuprofen- und Diclofenac-haltigen Gels und Salben ohne bisherigen nennenswerten Erfolg ausprobiert? Wir haben in der Rathaus Apotheke eine besondere Empfehlung für Sie! Dr. Fehskes Arnika Schmerzfluid! Viele unserer Gäste interessieren sich für alternative Therapien, um sich nicht von synthetischen Schmerzmitteln abhängig zu machen, die langfristig die Organe belasten können. Unser hauseigenes Schmerzfluid ist rein pflanzlich und besteht zu einem großen Anteil aus Arnika. Die Arnika-Pflanze (*Arnica montana*), auch Berg-Wohlverleih oder Johannisblume genannt, gehört zur Familie der Korbblütengewächse und ist schon seit dem Mittelalter als Heilpflanze bekannt. Auch in Goethes Haus und Reiseapotheke waren Zubereitungen aus Arnika enthalten.



Heutigen Studien zufolge sind Arnikazubereitungen, die direkt auf die betroffenen Körperregionen aufgetragen werden, ein vielversprechendes entzündungshemmendes Naturheilmittel gegen Gelenkschmerzen und Steifheit, bei Verstauchungen, Prellungen und Muskelproblemen. Weitergehende wissenschaftliche Untersuchungen haben in den letzten Jahren unseren Kenntnisstand über die Wirkungsweise der Arnikapflanze erheblich erweitert und mit dazu beigetragen, ihre Anwendung auf eine wissenschaftliche Basis zu stellen. Dieses Wissen haben wir uns zunutze gemacht und unser hauseigenes Schmerzfluid kreiert. Es enthält eine Kombination aus Arnikatinktur mit verschiedenen ätherischen Ölen, die mit Seifenspiritrus versetzt sind. Diese optimale Zusammensetzung garantiert, dass die wertvollen entzündungshemmenden Inhaltstoffe aus der Arnika und den enthaltenen ätherischen Ölen durch die Haut zum Wirkort, den Gelenken, der Muskulatur und den Nerven gelangen können. Die effektivste Wirkung erzielen Sie, wenn Sie folgenden Anwendungstipp von uns berücksichtigen: 3 x kurz hintereinander eine Handvoll Tinktur auf die schmerzende Stelle auftragen, und jedes Mal solange verreiben, bis der Alkohol verdunstet ist. Dieses hauseigene Arnikaschmerzfluid ist nur eines von zahlreichen Dr. Fehske Eigenprodukten, die wir für Sie konzipiert haben. Darunter sind Präparate, die es bisher in der Zusammensetzung nicht auf dem Markt gibt oder solche, mit denen wir Ihnen eine preiswerte Alternative zu schon auf dem Markt befindlichen Arzneimitteln anbieten möchten. Fragen Sie uns nach unseren zahlreichen hauseigenen Präparaten unter unserem Logo „Rathaus Apotheke, Dr. Fehske“. Und fragen Sie uns gern bei Ihrem nächsten Besuch auch zu unseren ganzheitlichen Tipps bei Beschwerden des rheumatischen Formenkreises.



DAS HAGENER HOSPIZ FEIERT RICHTFEST IN DER RHEINSTRASSE

Die Entwicklung eines Hagener Hospizes begleiten wir seit Jahren im Förderverein, Dr. Christian Fehske ist nun gerade als Schriftführer dort berufen worden. Seit vielen Jahren beschäftigen wir uns mit den Problemen des bereits existierenden ambulanten Hospizes, an dem viele Hagener Ärzte und Ärztinnen sowie Pflegekräfte beteiligt sind - federführend ist dabei die außerordentlich engagierte Frau Ute Queckenstedt, mit der wir eng zusammenarbeiten. Nun ergab sich die günstige Situation, dass Herr Klaus Korte in seinen letzten Lebensmonaten so sehr die Arbeit eines stationären Hospizes schätzen gelernt hat, dass er sein gesamtes Vermögen und einschließlich seines Wohnhauses in der Rheinstraße einer Stiftung übertragen hat, die ein stationäres Hospiz auch in Hagen errichten sollte. Der Senior Chef kennt dieses Haus zufällig sehr gut, da er mit Klaus Korte gemeinsam 1958-1960 in der Parkschule war und ihn häufig zu Hause besucht hat. Wir wünschen nun dem Hagener Hospiz einen guten Start und werden uns nach Kräften daran beteiligen.



Dr. Dieter Jaekner (1. Vorsitzender) und Brigitte Kamps (2. Vorsitzende)



Zahlreiche Interessenten verfolgten gespannt den Verlauf des Richtfestes.

COSTA RICA, DAS GLÜCKLICHSTE LAND DER WELT!?



Es gibt unterschiedliche Definitionen von Glück und verschiedene internationale Tabellen, in denen die Länder nach ihrem „Glücklichsein“ aufgeführt werden. Das wohl älteste Institut der Glücksforscher in Rotterdam führt immer wieder Costa Rica als das „glücklichste Land der Welt“ an, unter anderem weil dort der Naturschutz und auch der faire Umgang miteinander einen hohen Stellenwert haben. Aber auch in anderen Tabellen steht Costa Rica ganz weit oben. Den Senior-Chef fasziniert das Land immer wieder und so habe ich Ihnen ein paar Fotos mitgebracht. Am 6. April wird er übrigens über die glücklichsten Länder der Welt einen Vortrag in dem Sparkassen Karre halten - und vor allem was wir davon lernen können und was dies mit unserer Gesundheit zu tun hat. Ein interessantes Detail vorab. Zwischen den direkt benachbarten Ländern Nicaragua und Costa Rica ist der größte Unterschied in der Lebenserwartung weltweit - nämlich 20 Jahre! Gründe dafür: exzellentes Schul- und Gesundheitswesen, moralischer Einfluss der Kirche und keine eigene Armee!

