



**Rathaus-Apotheke**

Internationale Apotheke Dr. Fehske

Im Gesundheitszentrum Badstraße

☎ 0 23 31-3 26 63 • [www.apotheke-fehske.de](http://www.apotheke-fehske.de)

Kompetent, engagiert, gastfreundlich & ganzheitlich!



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

Januar 2019 • kostenlos

**+ Rätsel**

mit TV-Programm  
 5.1. bis 18.1.2019

## Liebe Leserinnen und Leser der Gesundheitszeitung,

herzlich willkommen im Jahr 2019 - wenn Sie dies mit einer zünftigen „pharmazeutischen Feuerzangenbowle“ feiern wollen, wie Sie sie hier sehen, haben wir die aromatischen Zutaten dafür für Sie vorrätig einschließlich des Rezeptes.



Für Ihre Gesundheit, Schönheit und auch ein wenig Unterhaltung sorgt unser großes Team weiterhin gern für Sie - und damit Sie wissen, wer zu diesem Team gehört, haben wir wieder mal ein „who is who-“ Rätsel auf der Seite 2 zumindest von denjenigen Team-Mitgliedern, die Sie bei uns vorn sehen - es gibt nämlich noch fast so viele Mitarbeiter im Hintergrund der Apotheke, die für einen guten Service sorgen. Wer mindestens 10 Team-

mitglieder mit Namen kennt, bekommt ein kleines Geschenk, und wer die meisten Namen in das Blatt einträgt, erhält eine Schmuckflasche des berühmten Dr. Fehske´s Rathausbitter mit zwei Schmetterlings-Schnaps-Gläschen (kleiner Tipp: wir tragen Namenschilder und im Gang zum ruhigeren Teil der Apotheke finden Sie eine elektronische Tafel). Unsere Internationalität war übrigens auch ein Grund dafür, dass wir von der Geschwister Scholl Schule gebeten wurden, als Pate für die Anerkennung als „Schule gegen Rassismus, Schule mit Courage“ zu fungieren - die beiden Dres. Fehske haben dies sehr gern gemacht - es war ein beeindruckendes Erlebnis, wie der Bericht von Claudia Eckhoff im Wochenkurier zeigt (Seite 2)

Als verantwortungsvolle, erfolgreiche Unternehmer haben wir auch im zurückliegenden Jahr unsere Förderungen fortgesetzt - hier nur vier Beispiele:

- Für die unterhaltsame und wertvolle Versteigerung der WP in diesem Jahr für die Begleitung von



Krebspatienten haben wir vier wertvolle Preise gespendet - hier sehen Sie gerade die Gewinnerin unserer Champagner-Verwöhn-Behandlung.



- Mit den unter anderem von uns gesponserten Theaterbussen werden viele Besucher aus der Umgebung in unsere Symphonie-Konzerte gebracht, damit entlasten wir auch die Umwelt!

- Das „East West Pacem Orchestra“ zur Integration von Flüchtlingen fördern wir seit Jahren - hier spielt die Leiterin Maren Lueg auf ihrem wunderbar klingenden Saxophon.



- Das Sammeln von Kunststoff-Deckeln im Rahmen der Rotary Aktion Polio Plus für die weltweite Ausrottung der Kinderlähmung zieht immer weitere Kreise: Rechts oben ein Bild von zwei sogenannten „Bigpacks“, die wir mit je 250 Kg Deckeln jeden Monat sammeln! WP Redakteur Hubertus Heul hat über die Sammelstelle an der Gebrüder Grimm Schule in Eckesey berichtet, die von dem Vorsitzenden der Schulpflegschaft Yusuf Tas angeregt wurde.



Für unsere Stadt Hagen ist es auch ein besonderes Jahr: Der „Hagener Impuls“ den wir schon seit vielen Jahren auf unseren Taschen haben, wird zum 100. Bauhausjahr eingebunden in einen „Dreiklang des Westens“: „Hagener Impuls, Essener Aufbruch, Krefelder Perspektiven“ - und wir beteiligen uns natürlich daran (näheres auf der vorletzten Seite.)

..... und damit wünschen wir Ihnen einen guten Start in ein glückliches, gesundes Jahr 2019



Ihr *Christian Fehske*  
 und *Klaus Fehske*

Und das hilfsbereite, kompetente, gastfreundliche Team Ihrer internationalen Rathaus-Apotheke, Dr. Fehske - denken Sie an das Preisausschreiben zur Team-Erkennung

P.S.: All unsere Gäste mit einer Service-Karte erhalten zum Jahreswechsel einen Kunden-Brief mit einem kleinen Geschenk-Angebot. Wer noch keine Service-Karte bei uns hat, und sich diese bis Ende Januar anlegen lässt, bekommt den Brief und das Geschenk-Angebot auch jetzt noch!

58095 Hagen • Badstr. 4 • Telefon 915980 • Fax 9159821 • E-mail: [apotheke@fehske.de](mailto:apotheke@fehske.de) • [www.apotheke-fehske.de](http://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)





1. _____	2. _____	3. _____
4. _____	5. _____	6. _____
7. _____	8. _____	9. _____
10. _____	11. _____	12. _____
13. _____	14. _____	15. _____
16. _____	17. _____	18. _____
19. _____	20. _____	21. _____
22. _____	23. _____	24. _____
25. _____	26. _____	27. _____
28. _____	29. _____	30. _____
31. _____	32. _____	33. _____
34. _____	35. _____	36. _____
37. _____	38. _____	39. _____
40. _____	41. _____	42. _____

## Busse zu den Symphoniekonzerten werden weiter gesponsort

Seit vielen Jahren werden die Busse zu den Symphonie Konzerten von engagierten Hagener Unternehmen gesponsert, die Sie auf dem Bild sehen. Darunter die Goldschmiede Adam, Farben Thüner, die Werner Richard Dr. Carl Dörken Stiftung und die internationale Rathaus-Apotheke, Dr. Fehske. Dies Förder-Modell ist übrigens bundesweit einmalig! Auf diese Art können viele Besucher aus der Umgebung auch abends die Konzerte besuchen. Wir tragen damit erheblich zur Umweltentlastung bei und auch die Verkehrssituation am engen Parkplatz wird entspannt. Übrigens kommen inzwischen knapp 400 der durchschnittlich 900 Symphoniekonzert-Besucher mit diesen Bussen.



## Paten für „Schule gegen Rassismus, Schule mit Courage“

Am 8. Dezember hat Claudia Eckhoff vom Wochenkurier einen begeisterten Artikel geschrieben über die Geschwister Scholl Schule, die nach einer engagierten vielfältigen Aktions-Woche die Anerkennung als „Schule gegen Rassismus, Schule mit Courage“ erhalten hat. Übrigens hat auch Hans Leicher vom Hagener Fernsehsender „direkt dran, TV58“ über diese Aktion berichtet, wie sie auf seinem Kanal nachsehen können. Vor außerordentlich disziplinierten 450 Schülern stellte zunächst der Schulleiter Rainer Strotmann die Aktionswoche vor und das Motto der Schule: „Vielfalt leben!“ Als die Schule uns als internationale Apotheke gefragt hat, ob wir die Patenschaft übernehmen wollen, haben wir natürlich sofort begeistert zugesagt und die beiden Dres. Christian und Klaus Fehske haben in der Feierstunde auch in zwei Beiträgen erläutert, warum wir Integration und Vielfalt für wichtig halten – in der Schule, in unserem Betrieb aber auch in der Gesellschaft. „Diversity management“ nennt man diese Methode in großen Unternehmen – dies ist ein Zeichen dafür, dass vielfältig zusammengesetzte, harmonisch sich ergänzende Teams sehr effektiv arbeiten können. Unter dem großen Beifall der Schüler ergänzte der Schülersprecher der Geschwister Scholl Schule: „Wo Hass ist, kann nichts entstehen!“ Diese Atmosphäre an der Geschwister Scholl Schule hat sowohl die Redakteure Claudia Eckhoff als auch uns beide sehr begeistert!



## Bunte Schulgemeinschaft sperrt Rassismus aus



Die Geschwister-Scholl-Schule wurde ausgezeichnet als „Schule ohne Rassismus, Schule mit Courage“. Rund 450 Jugendliche aus 25 verschiedenen Nationen lernten hier gemeinsam und gestalten hoffnungsvoll die Zukunft einer bunten Gesellschaft. Mit dabei: Dr. Klaus Fehske (r.) und Dr. Christian Fehske (3.v.r.).

Hagen. (er) „Wo Hass ist, kann nichts entstehen“, diesen Worten ihres Schülersprechers Soulaïman Buiabuan folgt der Applaus von Hunderten von Jugendlichen. Bei ihnen hat Rassismus keinen Platz. Darüber sind sich die rund 450 Schülerinnen und Schüler aus über 25 Nationen einig, die alle die Beherzender Geschwister-Scholl-Schule besuchen.

**Vielfalt leben**  
In der Pausenhalle an der Kapellenstraße hängt seit Donnerstag nun das offizielle Siegel „Schule ohne Rassismus Schule mit Courage“. Es zeigt, wofür die Schule steht. Mit dem Siegel ist die Geschwister-Scholl-Schule der Stadt Hagen vom Verein „Aktionswoche für eine vielfältige Projektwoche“ ausgezeichnet. „Vielfalt macht Schule!“ Eine der Leitmottos der Schule heißt „Vielfalt leben“. Schulleiter Rainer Strotmann weiß, wie wichtig das besonders für die Geschwister-Scholl-Schule ist. „Unsere Schule ist bunt. Allein in den fünften Klassen lernen derzeit Kinder aus 13 Nationen gemeinsam. Und im Alltag Billi uns das schon gar nicht mehr auf“, sagt er bei der Feierstunde in der Turnhalle. Schulgemeinschaft gespannt und aufmerksam versammelt und sorgt für besse Stimmung.

In der kulturellen Bildung sieht der Schulleiter den heimlichen Schwerpunkt der Geschwister-Scholl-Schule. „Weil hier alle etwas können und jeder etwas beitragen kann“, begründet er „Schule ohne Rassismus, Schule mit Courage“ – zu diesen Werten hat sich unsere Schulgemeinschaft ganz bewusst entschlossen.“

**Die Zukunft ist international**  
Als Paten für die Bewerbung der Schule mit gutem Grund die Internationale Rathaus Apotheke an der Badstraße 4 ausgesucht. Senio-Chef Dr. Klaus Fehske und sein Sohn Dr. Christian Fehske, der seit über zwei Jahren die Apotheke leitet, kamen persönlich zur Feierstunde. Ihre Apotheke darf sich als eine von nur zwei in ganz Deutschland „Internationale Augen, die Ohren und den Mund auf immer dann wenn es ungerecht zugeht, mon, rassistisch oder undemokratisch hier in der Schule, in Hagen, in Deutschland und in der ganzen Welt.“

**Sage nein!**  
„Sage nein!“ heißt es im Lied von Konstantin Wecker. Den Text trägt eine Schülergruppe vor. Dann strömt die bunte gemischte Schulgemeinschaft hinaus in eine Zukunft voller Möglichkeiten, ohne Rassismus, aber mit viel Courage.

## Hagen ist Vorreiter der bundesweiten Bauhaus-Aktivitäten mit dem „Hagener Impuls“

Nach anfänglichem Zögern hat sich Hagen inzwischen zum aktivsten Kristallisationspunkt des 100 jährigen Bauhausjahres entwickelt. Unter der Koordination unserer Kulturdezernentin Margarita Kaufmann, der stellvertretenden Leiterin des Osthaus-Museums Dr. Birgit Schulte und Kirsten Fischer von der Hagen-Agentur haben sich bisher schon über fünfzig Gruppen zusammengefunden, die einen bunten Strauß von Aktivitäten rund um das Bauhaus-Jahr und den Hagener Impuls anbieten – von Theatern, Museen, Photographen, Dichterlesungen, Ausstellungen in leer stehenden Geschäftsräumen, eigenem von Schülern gestalteter Bauhausbus, Architektenausstellungen, Modenschau, Lichterfest etc. .... und Ihre Rathaus-Apotheke mit deren Chefs sind natürlich auch dabei – über die Bürgerstiftung der Theaterfreunde, den Unternehmerrat „Wertvolles Hagen“, Aktionen in der Apotheke etc. Touristisch ist der große Komplex von beispielhaften Aktivitäten auch in der Umgebung unter dem Motto verankert als: „Dreiklang im Westen – Hagener Impuls, Essener Aufbruch, Krefelder Perspektiven“ Die Vermarktung dieses großen Ereignisses hat auch schon in den Niederlanden begonnen, die ja eine Reihe von Bauhaus-Architekten beigetragen haben. Die Organisatoren haben sich vorgenommen: „Niemand soll im Jahr 2019 in Hagen dem Bauhaus und dem Hagener Impuls entkommen“.





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



Steril-Herstellungen



Kosmetik & Wellness



Eigene „Gesundheitszeitung“



Mehr als 70 Std./Woche geöffnet



Lieferservice

- 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
- „Ganzheitliche Pharmazie“ wie Homöopathie und Naturheilmittel, Prävention
- 4 Kosmetikerinnen - 2 Behandlungszimmer - über 20 verschiedene Kosmetik-Depots inklusive Behandlung
- Über 22.000 verschiedene Artikel vorrätig - 97% sofortige Lieferfähigkeit!
- Gesundheits- und Ernährungsberatung, eigene „Gesundheitszeitung“ und Vortragsreihe im Sparkassen Karree des Gesundheitszentrums Badstraße



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

**S. HÄGENER KUNDENSPIEGEL®**  
**Platz 1 BRANCHENSIEGER**  
Unternehm. 19 City-Apotheken  
93,6 % Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad  
Fremdlob: 92,9 % (Platz 1)  
Bewertung: 92,9 % (Platz 1)  
Markenvertrauensindex: 91,6 % (Platz 1)  
Kundenzufriedenheit: 97,8% (2016)  
No.706 (City-Apotheken) von No.906 (Gesamt)  
MF Consulting Dipl.-Kfm. Marc Lohbl  
www.kundenspiegel.de 041-99127887

**TOP JOB**  
Top-Arbeitgeber Health Care 2016

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

**Überzeugen Sie sich von unserer Leistungsfähigkeit**

**7 Tipps für starke Abwehrkräfte:**

Der Winter ist da und damit auch die Erkältungszeit. Hier haben wir sieben Tipps, wie Sie Ihr Immunsystem unterstützen, um gut durch die kalte Jahreszeit zu kommen:

1. **Moderate Bewegung im Freien**, wie Spazierengehen, Walken oder Joggen - frischer Sauerstoff ist wichtig und der Temperaturwechsel stärkt die Abwehrkräfte - das wusste schon Sebastian Kneipp mit den Wechselbädern. (Gefährdete Personen sollten obendrein rechtzeitig eine Gripeschutz-Impfung durchführen- bevor es zu spät ist oder wieder kein Impfstoff mehr zur Verfügung steht)
2. **Warm halten** - die meiste Wärme geht über den Kopf verloren, also bei Kälte Mütze auf! Dazu gehört auch, die Füße warm und trocken zu halten -es gibt einen Reflexbogen, bei dem kalte, feuchte Füße automatisch zum Nasenlaufen führen (ganzheitliche Medizin)
3. **Abwechslungsreiche, mineralstoff-und vitaminreiche Ernährung**, damit der Körper gut versorgt ist und optimal gegen die Erkältungsviren ankämpfen kann.
4. **Regelmäßig Händewaschen** (mindestens 5x am Tag), denn die meisten Viren und Bakterien lauern auf Türklinken oder auf Haltegriffen in Bussen. (praktisch auch: Desinfektions-Gele für unterwegs)
5. **Zink und Vitamin C als Lutschtabletten** für ein starkes Immunsystem- z. B. enthalten in unseren Immerfit Tabletten oder unseren selbsthergestellten Vitamin C- Lutschtabletten. (eine große Menge Vitamin C am Tag ist übrigens nicht sinnvoll, da davon zuviel gleich ausgeschieden wird)
6. **Mit einer Nasendusche die Nase spülen** und so lästige Viren loswerden - und mit Fitonasal 2Act von Aboca die Nase sanft freigekommen und die Nasenschleimhaut schützen. (kann sogar längerfristig angewendet werden, keine Abhängigkeitsgefahr!)
7. **Der Darm ist der Sitz unserer Gesundheit**, dort befindet sich der größte Teil unseres Immunsystems. Eine gesunde Darmflora ist unerlässlich für ein starkes Immunsystem. Haben Sie häufiger mit Blähungen, Durchfall oder Verstopfung zu kämpfen oder leiden unter Nahrungsmittelunverträglichkeiten, beraten Sie unsere Darmspezialisten gerne in einer individuellen Darmsprechstunde. Sprechen Sie uns gerne an



**Aktionen im Januar**

**Basica**

**08.01.2019:**  
**Sind Sie sauer?**  
Probieren Sie Basica -  
basische Mineralstoffe  
für einen ausgeglichenen  
Säure-Basen-Haushalt



**14.01.2019: Rausch.:**  
**Gesundes Haar durch Pflanzenkraft!**  
Wir stellen Ihnen abgestimmt auf Ihr individuelles Haarbedürfnis, die richtige Pflegelinie der Firma Rausch zusammen. Kostenlose Haar- & Kopfhautpflege von 10:00 bis 15:00 Uhr!



**14.01.-18.01.2019: Lassen Sie Ihren Vitamin-D-Spiegel direkt bei uns in der Apotheke bestimmen.**  
Innerhalb von 15 Minuten haben Sie Ihr Ergebnis. Nur in dieser Woche zum Sonderpreis von 25 € statt 35 €.

**24.01. + 25.01.2019:**  
**Kostenlose Hautanalyse-Aktion:**  
Lassen Sie Ihren Hautzustand mit unserer hochmodernen kompakten Hautkamera bestimmen und finden Sie so Ihre optimale Pflege.



**28.01.- 01.02.2019:**  
**Antibiotikum ja oder nein?**  
Wir überprüfen mit einer CRP-Messung, ob Sie wirklich ein Antibiotikum benötigen. Im Aktionszeitraum zum Sonderpreis von 7 € statt 9 €.

**SCHON MAL VORMERKEN:**  
**Kostenloser Vortrag im Sparkassen-Karree am Donnerstag, 14.02.2019 um 17:00 Uhr zum Thema: Arzneimittelsicherheit und Arzneimittelfälschungen von Dr. Christian Fehske.**