RATGEBER

1. Januar 2020

aus Ihrer Martini-Apotheke
und Apotheke am Markt

JETZT NEU IN DER APOTHEKE AM MARKT:
ANNEMARIE BÖRLIND
NATURAL BEAUTY

2x für Ihre Gesundheit in Bramsche

Martini Apotheke
Apotheker Christian Bögelmann e.K.

Apotheke am Markt
Apotheker Christian Bögelmann e.K.

PREISKNÜLLER!

Glyck*
1000 ml

nur
62.00

Anwendungsgebiet(e): Diät. Grundpreis: 62,00 Euro/1000 ml.

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

Monats-Gutschein

10% RABATT
auf einen Artikel Ihrer Wahl,
gültig im Januar 2020.

Dieser Gutschein ist nicht kombinierbar und gilt nicht für verschreibungspflichtige und Angebotsartikel.
Gültig in der Martini-Apotheke und der Apotheke am Markt.

Monats-Gutschein

10% RABATT
auf einen Artikel Ihrer Wahl,
gültig im Januar 2020.

Dieser Gutschein ist nicht kombinierbar und gilt nicht für verschreibungspflichtige und Angebotsartikel.
Gültig in der Martini-Apotheke und der Apotheke am Markt.

www.martini-apotheke-bramsche.de
www.am-markt-apotheke.com

RATGEBER
AUS IHRER APOTHEKE

Liebe Kundinnen und Kunden,

Gewohnheiten leiten uns durchs Leben – und das ist gut so. Denn wenn wir etwas routinemäßig ausführen, wie etwa Zähneputzen oder das Zubereiten des Frühstücks, kann sich das Gehirn ausruhen und Energie sparen. Ohne Routinen wäre es überfordert vom ständig Neuen. „Liebe Gewohnheiten", wie wir sie zu recht auch nennen, geben uns Sicherheit und Stabilität. Aber leider gilt das für gute Routinen ebenso wie für schädliche, von denen wir uns nur schlecht trennen können.

Wohl jeder, der sich zu Silvester schon einmal vorgenommen hat, eine liebgewonnene, aber ungesunde Gewohnheit aufzugeben, weiß wie schwer das ist. Die wichtigste Voraussetzung, damit es wirklich klappt mit dem Rauchstopp oder der Ernährungsumstellung ist Motivation: Man muss es wirklich wollen – mit dem Verstand und von ganzem Herzen.

Außerdem hilfreich: Unterteilen Sie große Ziele in kleine Schritte und planen Sie konkret: Statt „mehr Sport" heißt der Vorsatz besser „zwei Mal pro Woche ins Fitnessstudio, und zwar dienstags und donnerstags um sieben Uhr abends". Wenn Sie sich Verbündete suchen, die anspornen, bei Rückschlägen aufbauen oder, am allerbesten, gleich selbst mitmachen, fällt Veränderung leichter. Denselben Effekt haben kleine Selbstbelohnungen, die das Durchhalten attraktiver machen.

Ob „nicht mehr rauchen", „mehr bewegen" oder „ein bisschen abnehmen", welche Vorsätze für das neue Jahr Sie auch gefasst haben mögen: Das Team in unserer Apotheke unterstützt Sie jederzeit gern.

Ein glückliches, gesundes neues Jahr
wünscht Ihnen

Ihr Apotheker Christian Bögelmann

Großes Preisrätsel mit tollem Gewinn!

Gewinnen Sie einen von zwei 20 Euro-Einkaufsgutscheinen!

Rogen vom Stör	Hauptstadt von Texas		Symbolfigur Schwedens	Vorname des engl. Filmstars Guinness		Inseleuropäer	Schauder	Naturschutzgebiet		Figur in ‚Der Rosenkavalier'		zuvorkommend	Buddhismusform in Japan	operativ Haut glätten			Figur der Quadrille	eh. Präsident d. Zentralr. dt. Juden
						simultan										1		
						Tränen vergießen		Ehrenamtlicher bei Gericht									Viereck	
Reichhaltigkeit			schottisches Adelsgeschlecht		Beinmuskel					asiatische Holzart		6		Autor der ‚Odyssee'		Kleinwagen von Ford		
Dung		schrubben, heftig reiben									Kurzform von Elisabeth		Fastnachtsruf					
				Halbton über C				südafrikanisches Volk		Vorname von Musiker John						Klostervorsteher		
					Feldfrucht		Schnell, schnell!						Initialen Bogarts		großer Papagei			
ein Werkzeug	Haartracht	Teil des Wohnungswechsels		Hinterlassenschaft						Glasbruchstücke								
einfaches Gefährt					8		Gleitschutz am Reifen		ein Wildgericht									
Brettfuge				Stadtteil von Berlin		Tanzbewegung (franz.)	5											
Hunnenkönig			Handelsschiff der Wikinger					2										
	7				ehem. portug. Kolonie in Indien				Kinderbaustein									
						ungebund. Künstlertum		Blutsverwandter										
unlängst erstelltes Gebäude			Wasservogel		Fahrrad (engl.)													
Diamant im russischen Zepter	zweifelhafter Ruf	Selbstgespräch				3												
					Telefonvermittlungsstelle		altjapanisches Brettspiel											
Badeanstalt		Kfz-Z. Hanau		Weltalter in der griech. Antike					englisch: tun, machen									
					4													
Anlage zur Eisengewinnung							englisch: nach, zu											

DEIKEPRESS-1919ff-8-1119-43

TEILNAHMECOUPON

Tragen Sie das Lösungswort in das untenstehende Antwortfeld ein und geben Sie den mit Ihrer Anschrift versehenen Teilnahmecoupon bis zum 31.01.2020 in der Martini-Apotheke oder der Apotheke am Markt ab. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Lösungswort

Name: _____

Straße: _____

Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Top-Angebote aus Ihrer Martini-Apotheke & Apotheke am Markt

Alle Angebote gültig bis Ende Januar 2020.

Thomapyrin INTENSIV*

20 Tabletten statt bisher ~~8,43~~ Euro

nur noch 6,95

Anwendungsgebiet(e): Für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren zur Behandlung von akuten Kopfschmerzen (z. B. Spannungskopfschmerzen) und Migräneanfällen (mit und ohne Aura). Schmerzmittel sollen längere Zeit oder in höheren Dosen nicht ohne Befragen des Arztes angewendet werden. Enthält Lactose. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! Wirkstoff(e): Acetylsalicylsäure, Paracetamol, Coffein.

GeloMyrtol forte*

20 Weichkapseln

statt bisher ~~10,65~~ Euro

nur noch 8,52

Anwendungsgebiet(e): Bei akuter und chronischer Bronchitis – Entzündungen der Nasennebenhöhlen (Sinusitis). Wirkstoff(e): Destillat aus einer Mischung von rektifiziertem Eukalyptusöl, Süßorangenöl, Myrtenöl und Zitronenöl.

ASPIRIN PLUS C*

20 Brausetabletten

statt bisher ~~10,98~~ Euro

nur noch 8,95

Anwendungsgebiet(e): Zur Behandlung von leichten bis mittelstarken Kopfschmerzen und Fieber, auch bei Erkältungskrankheiten. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! Wirkstoff(e): Acetylsalicylsäure, Ascorbinsäure.

Grippostad C*

24 Kapseln statt bisher ~~13,49~~ Euro

nur noch 10,95

Anwendungsgebiet(e): Gegen grippale Infekte und Erkältungskrankheiten. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! Wirkstoff(e): Paracetamol, Ascorbinsäure, Coffein, Chlorphenaminmaleat.

Nicorette Mint Spray

1 Stück statt bisher ~~39,95~~ Euro

nur noch 27,95

Anwendungsgebiet(e): Hilft das Rauchen aufzugeben. Lindert Entzugssymptome und das akute Rauchverlangen. Ideal für die Reiseapotheke und Handgepäck. Wikrstoff(e): 1 Sprühstoß enthält: 1 mg Nicotin.

IBU-ratiopharm 400 mg akut*

20 Filmtabletten

statt bisher ~~5,97~~ Euro

nur noch 4,95

Anwendungsgebiet(e): IBU-ratiopharm 400 mg akut ist ein schmerzlinderndes, fiebersenkendes und entzündungshemmendes Arzneimittel. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! Wirkstoff(e): Ibuprofen.

Dolo-Dobendan*

36 Stück statt bisher ~~12,99~~ Euro

nur noch 10,95

Anwendungsgebiet(e): Zur temporären unterstützenden Behandlung bei schmerzhaften Entzündungen der Mundschleimhaut und der Rachenschleimhaut. Wirkstoff(e): Cetylpyridinium chlorid1-Wasser, Cetylpyridinium-Kation, Benzocain.

ACC akut 600*

20 Brausetabletten

statt bisher ~~14,49~~ Euro

nur noch 11,95

Anwendungsgebiet(e): Zur Schleimlösung und zum erleichterten Abhusten bei Atemwegserkrankungen mit zähem Schleim. Enthält Lactose und Natriumverbindungen. Wirkstoff(e): Acetylcystein.

Meditonsin TROPFEN*

35 g statt bisher ~~10,75~~ Euro

nur noch 8,95

Anwendungsgebiet(e): Leiten sich von den homöopathischen Arzneibildern ab. Gegen akute Entzündungen des Hals-, Nasen, und Rachenraumes. Ethanolgehalt: 6 Vol-%. Wirkstoff(e): Aconitinum, Atropinum sulfuricum, Hydrargyrum cyanatum. Grundpreis: 25,57 Euro/100 g.

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

Alle Angebote gültig bis 31. Januar 2020. Hinweis: Für rezeptpflichtige Arzneimittel gilt die gesetzliche Preisbindung. Alle Artikel nur solange der Vorrat reicht; Abgabe von Arzneimitteln nur in therapieüblichen Mengen. Preisänderungen vorbehalten. Arzneimittelmissbrauch führt zu Gesundheitsschäden. Arzneimittel müssen daher unbedingt in der therapeutischen Dosierung angewandt werden!
Viele weitere Angebote finden Sie auch in unserer Apotheke.