

Bären-Apotheke aktuell!

APRIL
2024

JETZT BIS ZU
**51%
SPAREN!**

FRÜHLINGS
GEFÜHLE



SPARCOUPON FÜR SIE...

30% RABATT

auf ein Produkt Ihrer Wahl!
Gültig vom 01.-06.04.2024.

Nur gültig in den Bären-Apotheken Holten und Neumühl. Ausgenommen rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen, Inkontinenzartikel und Sonderangebote. Der Rabatt gilt auf den AVP bzw. UVP. Pro Person ein Artikel und Coupon. Keine Doppelrabattierung.



SPARCOUPON FÜR SIE...

30% RABATT

auf ein Produkt Ihrer Wahl!
Gültig vom 08.-13.04.2024.

Nur gültig in den Bären-Apotheken Holten und Neumühl. Ausgenommen rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen, Inkontinenzartikel und Sonderangebote. Der Rabatt gilt auf den AVP bzw. UVP. Pro Person ein Artikel und Coupon. Keine Doppelrabattierung.



SPARCOUPON FÜR SIE...

30% RABATT

auf ein Produkt Ihrer Wahl!
Gültig vom 15.-20.04.2024.

Nur gültig in den Bären-Apotheken Holten und Neumühl. Ausgenommen rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen, Inkontinenzartikel und Sonderangebote. Der Rabatt gilt auf den AVP bzw. UVP. Pro Person ein Artikel und Coupon. Keine Doppelrabattierung.



SPARCOUPON FÜR SIE...

35% RABATT

auf ein Produkt Ihrer Wahl!
Gültig vom 22.-30.04.2024.

Nur gültig in den Bären-Apotheken Holten und Neumühl. Ausgenommen rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen, Inkontinenzartikel und Sonderangebote. Der Rabatt gilt auf den AVP bzw. UVP. Pro Person ein Artikel und Coupon. Keine Doppelrabattierung.



Diclo-ratiopharm® Schmerzgel**



ANGEBOT
DES MONATS

SPAR
34%

100 g
statt* ~~14,49~~ Euro

9,49 €

1 kg = 949,- €



Bären-Apotheke
Holten

Inh. M. Werthmann e.K. · Burgstraße 8 · 46147 Oberhausen
Tel.: 0208 / 680267 · Mail: holten@baeren-apotheken.de



Bären-Apotheke
Neumühl

Inh. M. Werthmann e.K. · Lehrerstraße 5 · 47167 Duisburg
Tel.: 0203 / 994850 · Mail: neumuehl@baeren-apotheken.de

Bärenstarke Knallerpreise

APRIL
2024

JETZT BIS ZU
**51%
SPAREN!**

Ibu-ratiopharm®
400 mg akut**

SPAR
40%



20 Filmtabletten
statt: ~~6,72 Euro~~
3,99 €

Buscopan® Dragées

SPAR
42%



20 Dragées
statt: ~~19,19 Euro~~
6,99 €

ASS-ratiopharm® PROTECT
100 mg**

SPAR
33%



100 Tabletten
statt: ~~5,97 Euro~~
3,99 €

Perenterol® forte

SPAR
30%



20 Kapseln
statt: ~~20,99 Euro~~
14,49 €

Allergodil® akut forte
Nasenspray

SPAR
33%



10 ml
statt: ~~14,95 Euro~~
9,99 €
1 l = 999,- €

Vitamin B-Komplex-
ratiopharm®

SPAR
33%



60 Kapseln
statt: ~~23,95 Euro~~
15,99 €

Lorano® Pro

SPAR
36%



50 Filmtabletten
statt: ~~28,26 Euro~~
17,99 €

Hydrocortison-ratiopharm®
0,5% Creme

SPAR
51%



15 g
statt: ~~7,15 Euro~~
3,49 €
1 kg = 232,67 €

Zaditen® Ophtha Sine

SPAR
30%



20 x 0,4 ml
statt: ~~19,85 Euro~~
8,99 €

* statt regulärem Verkaufspreis in unserer Apotheke oder UVP. Dieser Preis stellt den Preis vor Abzug des Zwangsrabattes nach § 130 Abs. 1 SGB V dar. Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Artikel können ähnlich der Abbildung sein. Für Druckfehler keine Haftung. Die Angebote sind gültig vom 01.-30.04.2024. Angebote solange der Vorrat reicht, Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Stand 04.03.2024. Preise in Euro inkl. MwSt. Gültig in den Bären-Apotheken Holten und Neumühl. ** Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben.



Bären-Apotheke
Holten

Inh. Mait Werthmann e.K.
Burgstraße 8
46147 Oberhausen
Tel.: 02 08 / 68 02 67
Mail: holten@baeren-apotheken.de
Web: holten.baeren-apotheken.de

Unsere Öffnungszeiten: Montag - Freitag: 8.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 18.30 Uhr · Samstag: 8.30 - 13.00 Uhr



GUT GESCHLAFEN?!

Unser Team informiert Sie gerne zum Thema Schlaf und gibt wertvolle Tipps für eine gute Nacht – auch mit kleinen Hilfen aus unserer Bären-Apotheke!

Kaum zu glauben, aber wahr...

Der Mensch verschläft etwa ein Drittel seines Lebens. Und doch leiden etwa 40 Prozent aller Deutschen unter Schlafproblemen. Von Ein- und Durchschlafstörungen über das Aufwachen durch Alpträume bis hin zum Schnarchen – die Ursachen für den schlechten Schlaf sind vielfältig. Klar ist aber, dass ohne Schlaf einfach nichts funktioniert. Das merken wir meistens schon direkt nach dem Aufstehen. Wer sich morgens schon müde und abgeschlagen fühlt, hat nicht genug oder nicht gut geschlafen.

Schlecht geschlafen?

Menschen mit einem Schlafdefizit haben es nicht leicht. Sie sind häufig gestresst, gereizt und haben eine niedrige Belastungsgrenze. Wenig Schlaf schadet der Gesundheit. Eine gestörte Nachtruhe begünstigt die Anfälligkeit für Stress, Depressionen und kann zu einer Schwächung des Immunsystems oder sogar zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen führen. Auch die Unfallgefahr erhöht sich durch Müdigkeit – etwa ein Fünftel aller Unfälle können darauf zurückgeführt werden.

Stichwort: Schlafhygiene!

Wer Schlafhygiene betreibt, fördert durch seinen Lebensstil einen gesunden und erholsamen Schlaf. Das funktioniert zum Beispiel durch eine schlaffördernde Umgebung. Eine Raumtemperatur zwischen 16 und maximal 20 Grad, abgedunkelte Fenster und das Abschalten aller Lärmquellen sind unerlässlich für einen gesunden Schlaf. Außerdem sollte alles aus Bettnähe verbannt werden, was Unruhe verbreitet. Fernseher, Computer und Arbeitsunterlagen sind echte Killer für eine erholsame Nacht.

Entspannung...

Eine feste Schlafenszeit sorgt für einen gleichmäßigen Bio-Rhythmus. Dieser wird am besten noch durch Einschlafrituale unterstützt: Nehmen Sie zum Beispiel vor dem Zubettgehen ein wohltuendes Bad, lesen Sie ein Buch oder hören Sie beruhigende Musik. Alles, was entspannt, ist erlaubt.

Schlaf nicht erzwingen!

Versuchen Sie nicht krampfhaft einzuschlafen. Wenn die Augen nicht zufallen wollen, wälzen Sie sich nicht im Bett herum. Trinken Sie eine beruhigende heiße Milch mit etwas Honig oder lesen Sie noch bis die Müdigkeit einsetzt.

Weitere wertvolle Tipps zu gesundem Schlaf geben wir Ihnen gerne bei uns in der Bären-Apotheke. Lassen Sie sich von uns beraten – wir freuen uns auf Sie!



**NUR IM APRIL:
30% RABATT AUF
MEDIPHARMA
COSMETICS!**

**medipharma.
cosmetics**



Abb. beispielhaft. Der Rabatt gilt auf den regulären Verkaufspreis in den Bären-Apotheken Holten und Neumühl. Nur gültig auf vorrätige Produkte im April 2024.



Bären-Apotheke
Neumühl

Inh. Mait Werthmann e.K.
Lehrerstraße 5
47167 Duisburg
Tel.: 02 03 / 99 48 50
Mail: neumuehl@baeren-apotheken.de
Web: neumuehl.baeren-apotheken.de

Unsere Öffnungszeiten: Montag - Freitag: 08.00 - 19.00 Uhr · Samstag: 08.00 - 14.00 Uhr

Bärenstarke Talerprämien

Jeden Monat neue, attraktive Prämien:
DIE TALER-ANGEBOTE IM APRIL 2024!

EXKLUSIVE PRÄMIEN
04/2024 - 06/2024

Servietten „Color“
20-tlg., verschiedene Sorten



10
TALER

Kerzenhalter
weiß, aus Porzellan, Ø 9 x 4 cm



18
TALER

MyStyle® Haartrockner
2200 Watt



64
TALER

Pflanztopf „Lingo“
grün, verzinkt



19
TALER

Stabkerzen „Splash“
mit Farbverlauf, 4-tlg.



22
TALER

Eulenschnitt® Frühstücksbrett Herz
aus Buchen-Leimholz, 24 x 21 cm



68
TALER

Eulenschnitt® Vase aus Glas
Ø 10 x 9,5 cm, verschiedene Sorten



36
TALER

LED-Haus „Hygga“
inkl. Batterie, mit Timer



48
TALER

reisetel® rolltop backpack
Design: herringbone sand



176
TALER

Alle Angebote gültig im April 2024 in den Bären-Apotheken Holten und Neumühl. Nur solange der Vorrat reicht.

IHRE BÄRENSTARKEN GESUNDHEITSPARTNER VOR ORT!



Bären-Apotheke
Holten

Inh. M. Werthmann e.K. · Burgstraße 8 · 46147 Oberhausen
Tel.: 0208 / 680267 · Mail: holten@baeren-apotheken.de



Bären-Apotheke
Neumühl

Inh. M. Werthmann e.K. · Lehrerstraße 5 · 47167 Duisburg
Tel.: 0203 / 994850 · Mail: neumuehl@baeren-apotheken.de