

◀ **Aktion: Soforttest Blutfettwerte - Leberwerte - Nierenwerte!** Neben der Ermittlung des individuellen Arteriosklerose-Risikos anhand Ihrer Blutfettwerte erhalten Sie Hinweise auf Zustand und Verfassung Ihrer Leber und Ihrer Nieren. Ein Tropfen Blut aus der Fingerbeere genügt. Ihr Kostenanteil: € 15,00. Bitte melden Sie sich an, telefonisch oder online unter ▶ **Rottenburg:** Mo, 12. 10. ☎ (07472) 96 39 0  
▶ **Tübingen:** Mi, 14. 10. ☎ (07071) 977 300  
▶ **Herrenberg:** Do, 15. 10. ☎ (07032) 59 70  
[www.terminland.de/Baeren\\_Apotheke](http://www.terminland.de/Baeren_Apotheke) - die Prüfkapazitäten sind begrenzt.



# Bärenstarke Angebote!



gültig vom 1. bis 31. Oktober 2020

\*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. \*Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben.

## COUPON 1

gültig 1.-14. 10. 2020

Für Einkäufe in unserer SB-Zone ab 20 Euro Einkaufswert schenken wir Ihnen einen **reishel Shopper e1!**

Farben können abweichen. Ein Coupon pro Person. Keine Coupon- oder Rabatt-Kombinationen.

Coupons einfach abschneiden und einlösen

Coupons einfach abschneiden und einlösen

Bei Halsschmerzen. Zur Anwendung im Mund- und Rachenraum.

**Dobendan® Direkt**  
(Flurbiprofen 8,75 mg Lutschtabletten)  
Schmerzlindernd und entzündungshemmend  
Honig & Zitrone-Geschmack  
24 Lutschtabletten N1

**Dobendan Direkt\***  
wird zur Linderung der Symptome bei Halsschmerzen angewendet (24 Lutschtabletten)

Wirkstoff Flurbiprofen  
Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 10,79!  
**€ 7.49**

nasic\*  
Nasenspray  
bei Schnupfen und zur gleichzeitigen Abschwellung der Nasenschleimhäute (10 ml)

**nasic**  
Nasenspray  
Schleimlösende  
+ ausdehnungsfördernde  
Schwellung

100 ml = € 49,90  
Sie sparen **-29%** ggü. bisherigem Preis € 6,99!  
**€ 4.99**

Vitamin D  
1000 i. E.  
zur Vorbeugung eines Vitamin D-Mangels (100 Tabletten)

**BärenApotheke**  
Vitamin D  
1.000 i. E.  
100 Tabletten

Sie sparen **-30%** ggü. bisherigem Preis € 4,99!  
**€ 3.49**

Prospan\*  
Hustensaft  
zur Besserung der Beschwerden bei chronisch-entzündlichen Bronchialerkrankungen; akute Entzündungen der Atemwege mit der Begleiterscheinung Husten (100 ml)

**PROSPAN\***  
Hustensaft  
Lösung  
Wirkstoff:  
EFEUBLÄTTER-  
TROCKENEXTRAKT  
alkoholfrei • zuckerfrei  
für Kinder

Wirkstoff Efeublätter-Trockenextrakt  
Sie sparen **-30%** ggü. bisherigem Preis € 7,79!  
**€ 5.49**

**Kytta** Schmerzsalbe  
Gegen Schmerzen  
Schwellungen • Entzündungen

**Kytta\* Schmerzsalbe**  
zur äußeren Behandlung bei Schmerzen und Schwellungen (100 gr)

Wirkstoff Beinwell-wurzel-extrakt  
Sie sparen **-36%** ggü. bisherigem Preis € 17,19!  
**€ 10.99**

BoxaGrippal  
200 mg / 30 mg Filmtabletten  
Zur Behandlung von Erkältungssymptomen

**BoxaGrippal 200 mg/30 mg\***  
zur Behandlung von Erkältungssymptomen (20 Filmtabletten)

Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 12,97!  
**€ 8.99**

**ratiopharm**  
ASS-ratiopharm\*  
100 mg TAH  
Tabletten  
Wirkstoff: Acetylsalicylsäure

**ASS ratiopharm\* 100 mg TAH**  
zur Vorbeugung von Herz- und Hirninfarkten (100 Tabletten)

Wirkstoff Acetylsalicylsäure  
Sie sparen **-30%** ggü. bisherigem Preis € 4,29!  
**€ 2.99**

**Bären Apotheke**  
20 TABLETTEN N2  
Paracetamol 500 mg  
Bei Fieber und Schmerzen. Wirkstoff: Paracetamol

**Paracetamol 500 mg\*o**  
leichte bis mäßig starke Schmerzen und Fieber (20 Stück)

Wirkstoff Paracetamol  
Sie sparen **-29%** ggü. bisherigem Preis € 2,79!  
**€ 1.99**

**GeloMyrtol® forte**  
Befreit die Atemwege bei Sinusitis und Bronchitis mit Beschwerden wie:  
• Husten  
• Schnupfen  
• Druckkopfschmerz  
20 mehrgliedrige Kapseln  
Wick-Produkt

**GeloMyrtol forte\***  
bei akuter und chronischer Bronchitis und Entzündungen der Nasennebenhöhlen (Sinusitis) (20 Stück)

Wirkstoff Myrtol  
Sie sparen **-35%** ggü. bisherigem Preis € 10,79!  
**€ 6.99**

Vitamin C plus Zink  
Vitamin C 300 mg plus Zink 5 mg Depot, zur Stärkung der Abwehrkräfte (60 Kapseln)

**Bären Apotheke**  
Vitamin C plus Zink Depot  
60 KAPSELN  
ZUR LANGZEITVERSÖRGERUNG  
GLUTENFREI  
LAKTOSEFREI

Sie sparen **-40%** ggü. bisherigem Preis € 9,95!  
**€ 5.99**

**WICK**  
MediNait\*  
Erkältungssaft  
zur symptomatischen Behandlung von gemeinsam auftretenden Beschwerden wie Kopf-, Glieder-, oder Halsschmerzen, Fieber, Schnupfen und Reizhusten infolge einer Erkältung oder einem grippalen Infekt - enthält 18 % Alkohol, Packungsbeilage beachten (90 ml)

**WICK**  
MediNait  
Erkältungssirup für die Nacht  
Paracetamol, Betahydrochlorid, Dexamethason  
Für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren

100 ml = € 9,99  
Sie sparen **-32%** ggü. bisherigem Preis € 13,29!  
**€ 8.99**

**Bepanthen** ANTISEPTISCHE WUNDCREME  
Mit 0,5% Chlorhexidin(Di-gluconat), 5% Despanthenol. Bei verunreinigten Wunden

**Bepanthen\* antisept. Wundcreme**  
zur antiseptischen Behandlung von oberflächlichen Wunden, Schürf-, Platz- und Kratzwunden sowie Verbrennungen ersten Grades (20 g)

100 g = € 22,45  
Sie sparen **-29%** ggü. bisherigem Preis € 6,29!  
**€ 4.49**

## Was bedeutet Resilienz?

DER AKTUELLE GESUNDHEITSTIPP

Haben Sie ein Anliegen? Dann mailen Sie einfach an [fragen@pillenbringer.de](mailto:fragen@pillenbringer.de) oder schauen Sie bei uns rein.

VON DR. JOCHEN VETTER, INHABER BÄREN APOTHEKE



Resilienz hilft das Leben mit seinen Höhen und Tiefen besser zu bewältigen. Sie stärkt den Glauben an die eigenen Fähigkeiten und daran, dass sich alles zum Guten wendet. Manche Menschen haben erwiesenermaßen mehr davon als andere. Sie sind die Stehaufmännchen, die sich von keiner Krise unterkriegen lassen. Sie setzen sich oft noch in der Krise die nächsten Ziele, vertrauen auf ihr soziales Umfeld und haben die Lösung von Problemen fest im Visier. Angeblich ist diese positive Einstellung nicht angeboren, sondern

entwickelt sich im Laufe des Lebens, meist schon in der Kindheit. Man kann sie aber trainieren, um mit Stresssituationen besser fertig zu werden und so die negativen Auswirkungen auf die Gesundheit zu reduzieren. Krisen und Stress wirken sich negativ auf Psyche, Herz-Kreislauf- und Immunsystem aus. Resilienz hilft auch bei der Genesung und dabei mit Krankheiten besser umzugehen. Sie schützt vor Depressionen, Burn-Out und Angststörungen als häufigen Folgen von permanentem Stress. Resiliente Menschen fühlen sich nicht hilflos dem Schicksal ausgeliefert. Psychologen nennen dies Selbstwirksamkeitsempfinden, das sich z. B. mit einem Erfolgstagebuch trainieren lässt. So kann man erkennen, dass man

sein Leben selbst in der Hand hat. Fühlt man sich seiner Umwelt ausgeliefert wie gerade in Coronazeiten, hilft es, sich durch Atemtraining oder Meditationsübungen auf sich selbst zu konzentrieren. Eine optimistischere Grundhaltung lässt sich trainieren, indem man sich mehr auf die positiven Aspekte in der Umgebung fokussiert als auf die negativen. Therapeuten können dabei helfen, aber auch soziale Beziehungen. Resilienz heißt nicht, immer alles alleine hinbekommen zu müssen, sondern rechtzeitig um Hilfe zu bitten. Ein optimales Zeitmanagement sollte ja auch nicht dazu führen, noch mehr zu arbeiten, sondern sich Freiräume zu schaffen. Resilienz bedeutet, seine Ressourcen zu schonen anstatt sich ständig zu überfordern.

**Bären Apotheke** ▶ [www.pillenbringer.de](http://www.pillenbringer.de)  
DR. JOCHEN VETTER E.K.  
das ist meine Apotheke!

Mo bis Fr 8-20 Uhr geöffnet - Sa 8-16 Uhr - Rottenburg | Gartenstr. 86 | ☎ (07472) 96 39 0 - Tübingen | Heinenstr. 14 | ☎ (07071) 977 300 - Herrenberg | Hindenburgstr. 20 | ☎ (07032) 59 70

Coupons einfach abschneiden und einlösen

## COUPON 2

gültig 15.-31. 10. 2020

Dieser Coupon gewährt Ihnen auf einen vorrätigen Artikel Ihrer Wahl **20 % Rabatt!**

Ausgenommen verschreibungspflichtige Artikel, bereits reduzierte Ware, Produkte von Dr. Hauschka und BÖRLIND. Pro Person ein Coupon. Keine Coupon- oder Rabatt-Kombinationen möglich.

# 20 % Rabatt