

# Gesund in Einbeck

AUSGABE 04 | 2026



Wir wünschen Ihnen einen erfrischenden Sommer, angenehme Momente in der Wärme – und bleiben Sie gut versorgt mit Flüssigkeit und Energie. Wir helfen Ihnen gerne weiter! Ihre Familie Dr. Quick und das gesamte Team der Rats Apotheke

## Bei Sommerhitze: Gut versorgt mit Flüssigkeit & Mineralstoffen

Hitze fordert den Körper mehr, als man oft merkt: Beim Schwitzen verliert er Flüssigkeit und wichtige Mineralstoffe. Das kann den Kreislauf belasten und sich durch Kopfschmerzen, Müdigkeit, Schwindel oder Konzentrationsprobleme bemerkbar machen.

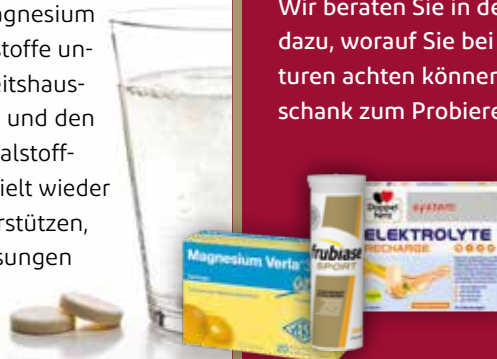
Deshalb gilt an warmen Tagen: Trinken Sie regelmäßig! Gut geeignet sind Wasser, ungesüßter Tee oder stark verdünnte Fruchtsäfte. Stark zuckerhaltige Getränke, viel Kaffee oder Alkohol belasten den Körper zusätzlich und sollten bei großer Hitze möglichst vermieden werden.

Auch über die Ernährung lässt sich die Flüssigkeitsversorgung unterstützen. Wasserreiche Lebensmittel wie Gurken, Melonen, Beeren oder leichte Salate sind an heißen Tagen eine gute Wahl.

Besonders ältere Menschen, Kinder und chronisch Kranke sollten bei Hitze gut im

Blick behalten werden. Oft entsteht Durst erst spät oder er wird nicht richtig wahrgenommen. Deshalb helfen feste Trinkzeiten und kleine Erinnerungen im Alltag.

Bei starkem Schwitzen oder körperlicher Aktivität in der Hitze gehen unter anderem Natrium, Kalium und Magnesium verloren. Diese Mineralstoffe unterstützen den Flüssigkeitshaushalt, die Muskelfunktion und den Kreislauf. Um den Mineralstoffhaushalt schnell und gezielt wieder aufzufüllen und zu unterstützen, eignen sich Elektrolytlösungen oder Brausetabletten.



### RATS APOTHEKE IN AKTION:

#### MINERALSTOFF-AUSSCHANK jeden Samstag im August

An heißen Tagen braucht der Körper besondere Unterstützung. Deshalb dreht sich unsere Mineralstoffaktion ganz um Hitze, Trinken und eine gute Versorgung mit Flüssigkeit und Mineralstoffen.

Wir beraten Sie in der Rats Apotheke dazu, worauf Sie bei hohen Temperaturen achten können – inklusive Ausschank zum Probieren.

Kommen Sie einfach vorbei!

20% Rabatt\*\*\*

auf eine Packung Ihrer Wahl



Einzulösen beim nächsten Einkauf vom **01.07. ▶ 15.07.2026** in Ihrer Rats Apotheke in Einbeck

\*\*\* Ausgenommen Angebotsartikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Rezepturen, Dauerniedrigpreis-Sortiment; nicht mit anderen Rabattaktionen und/oder weiteren Gutscheinen kombinierbar; nicht beim Botendienst oder im Notdienst einlösbar

20% Rabatt\*\*\*

auf eine Packung Ihrer Wahl



Einzulösen beim nächsten Einkauf vom **16.07. ▶ 31.07.2026** in Ihrer Rats Apotheke in Einbeck

\*\*\* Ausgenommen Angebotsartikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Rezepturen, Dauerniedrigpreis-Sortiment; nicht mit anderen Rabattaktionen und/oder weiteren Gutscheinen kombinierbar; nicht beim Botendienst oder im Notdienst einlösbar

20% Rabatt\*\*\*

auf eine Packung Ihrer Wahl



Einzulösen beim nächsten Einkauf vom **01.08. ▶ 15.08.2026** in Ihrer Rats Apotheke in Einbeck

\*\*\* Ausgenommen Angebotsartikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Rezepturen, Dauerniedrigpreis-Sortiment; nicht mit anderen Rabattaktionen und/oder weiteren Gutscheinen kombinierbar; nicht beim Botendienst oder im Notdienst einlösbar

20% Rabatt\*\*\*

auf eine Packung Ihrer Wahl



Einzulösen beim nächsten Einkauf vom **17.08. ▶ 31.08.2026** in Ihrer Rats Apotheke in Einbeck

\*\*\* Ausgenommen Angebotsartikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Rezepturen, Dauerniedrigpreis-Sortiment; nicht mit anderen Rabattaktionen und/oder weiteren Gutscheinen kombinierbar; nicht beim Botendienst oder im Notdienst einlösbar

# UNSERE ANGEBOTE vom 1. Juli bis 31. August 2026



IHRE RATS APOTHEKE INFORMIERT!

**SOMMER-TIPP**  
**CAUDALIE**  
Sommerreiseset  
praktische  
Reisegrößen



20%  
gespart 265,00 €/l  
**7,95€** statt **9,90€**

**INSEKTENSTICHE/SONNENBRAND**  
**COOLAKUT Stich & Sun\***  
30 ml Pflege-Gel

20%  
gespart 63,67 €/l  
**9,55€** statt **11,90€**

**ERFRISCHUNG UND PFLEGE**  
**Avène**  
**THERMALWASSER\***  
150 ml Spray



20%  
gespart 995,00 €/kg  
**9,95€** statt **12,50€**

**HOMÖOPATHIE**  
**Arnica D12\***  
10 g Streukügelchen



50%  
gespart 1,33 €/St.  
**7,95€** statt **9,90€**

**DURCHFALL**  
**Imodium akut lingual\***  
6 Schmelztabletten



20%  
gespart 0,50 €/St.  
**9,95€** statt **12,40€**

**MINERALSTOFFE**  
**DR. THEISS**  
**ELEKTROLÜTE SENIOR\***  
20 Brausetabletten

20%  
gespart  
**12,35€** statt **15,40€**

**MIT SYSTEM**  
**WEPA Medikamenten-**  
**dosierer REGENBOGEN\***  
für 7 Tage



## Gut zu wissen!

**EIN BLICK HINTER  
DIE KULISSEN:  
BEI UNS ENTSTEHT  
ETWAS NEUES**



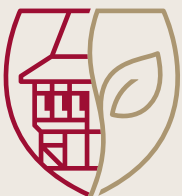
In den Sommerferien tut sich bei uns einiges hinter den Kulissen. Die Rats Apotheke bekommt einen neuen Automaten fürs Lager. Damit stellen wir unsere Abläufe Schritt für Schritt um, damit Medikamente künftig noch schneller und zuverlässiger für Sie bereitstehen.

Während der Arbeiten kann es im Hintergrund und zeitweise auch in der Offizin etwas nach Umbau aussehen. Lassen Sie sich davon bitte nicht irritieren: Wir sind wie gewohnt für Sie da, beraten Sie persönlich und kümmern uns um Ihre Anliegen.



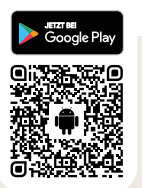
Der Umbau ist für uns ein wichtiger Schritt, um unseren Service weiter zu verbessern, damit wir mehr Zeit für das Wesentliche zu haben: Ihre Fragen, Ihre Versorgung und die persönliche Beratung.

Wenn alles fertig ist, laden wir Sie herzlich zu einer kleinen Führung ein. Dabei zeigen wir Ihnen die neue Technik und geben Ihnen einen interessanten Einblick hinter die Kulissen Ihrer Rats Apotheke. Den Termin werden wir kurzfristig über unsere Social-Media-Accounts und per Aushang in der Apotheke bekannt geben.



**Rats  
Apotheke**

Marktplatz 15  
37574 Einbeck  
Tel. 05561 / 93 45 - 0  
kundeninfo@ratsapotheke-einbeck.de  
Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 08.00 - 18.00 Uhr  
Sa 08.00 - 13.00 Uhr



**E-Rezepte einlösen, Medikamente vorbestellen,  
informiert bleiben - App downloaden und starten!**