

Apotheke im Gäubodenpark

Apotheker Peter Distler e.K.
Hebbelstr. 14 b
94315 Straubing
Tel. 0 94 21 / 91 31 70

*Aus 14. Februar ist Valentinstag!
Wir wünschen Ihnen eine schöne Zeit
mit Ihren Liebsten!*

*Ihr Apotheker Peter Distler
und das Team der
Apotheke im Gäubodenpark*



IN DIESER AUSGABE:

- Vortrag von Dr. Lutz Graumann
„Regeneration - jeden Tag erholt,
ausgeschlafen und erfolgreich für Alltag,
Sport und High Performance“
am Do. 13.02.20 um 19.00 Uhr im Hotel Asam



- Vorstellung von
PTA-Anwärterin
Fr. Kerstin Hermann

UNSER GESUNDHEITSJOURNAL FÜR SIE

+ Rätsel

REGENERATION

Jeden Tag erholt, ausgeschlafen und erfolgreich für Alltag, Sport und High Performance

Vortrag von Dr. Lutz Graumann

am Donnerstag, 13.02.2020 um 19.00 Uhr im Hotel Asam

Ob in Beruf, Sport oder Alltag - jeder von uns ist hohen Belastungen ausgesetzt. Wie uns eine optimierte Regeneration dabei hilft, körperlich und geistig leistungsfähiger zu werden, zeigt Ihnen der Sportmediziner Dr. Lutz Graumann (zusammen mit den Schlafexperten Dr. Utz Niklas Walter und Dr. Fabian Krapf brachte er gleichnamiges Buch analog dem Vortrags-titel heraus). Basierend auf aktuellen Forschungsergebnissen und langjähriger Erfahrung aus dem Spitzensport stellt er Ihnen bei seinem Vortrag die effizientesten Regenerations-strategien für Körper und Geist vor - von Kälteanwendungen über Entspannungstechniken bis hin zu einfachen Biohacks.



Vita:

Dr. Lutz Graumann ist Arzt für Sportmedizin, Ernährungsmedizin und Chirotherapie. Sein Schwerpunkt liegt in der Förderung der individuellen Leistungsfähigkeit. Er integriert Sport- und Militärmedizin mit neuen Technologien, um datenbasierte personalisierte Bewegungs-, Ernährungs-, Erholungs- und Mindsetstrategien für seine Klienten aus Spitzensport und Wirtschaft zu entwickeln.

Seit 2015 ist er Mannschaftsarzt beim Deutschen Eishockey Bund und hat letztes Jahr die U20 Nationalmannschaft bei der WM in Tschechien betreut. Durch die Vielfalt an Forschungsprogrammen in den USA, Kanada und Deutschland wird er seit mehr als 10 Jahren als Kapazität im Bereich Performance Medicine + Functional Training wahrgenommen und publiziert regelmäßig in nationalen und internationalen Fachmagazinen.

Verstärkt seit Kurzem unser Team: Frau Kerstin Hermann



Seit Ende letzten Jahres ist ein neues und doch schon bekanntes Gesicht bei uns in der Apotheke zu sehen. Frau Hermann Kerstin ist nach ihrem 4-wöchigen Praktikum letztes Jahr zum zweiten Mal in unserer Apotheke, um auch das praktische halbe Jahr bei uns zu absolvieren. Das praktische halbe Jahr gehört im Rahmen der Ausbildung zur pharmazeutisch-technischen Assistentin zum Pflichtteil, im Mai diesen Jahres endet die lernintensive Zeit mit der Prüfung zur PTA im Passau.

Wir wünschen Ihr für Ihren weiteren Berufsweg viel Erfolg und freuen uns, dass sie auch nach Ihrer Ausbildung der Apotheke im Gäubodenpark als wertvolle Mitarbeiterin erhalten bleibt!

Steckbrief:

Name:

Hermann, Kerstin

aus:

Mengkofen

geboren am:

20.08.1998

Sternzeichen:

Löwe

Position in der Apotheke:

PTA-Anwärterin

Ich arbeite gerne in der Apotheke, weil...

Herzlichkeit, Ehrlichkeit, Natürlichkeit und Höflichkeit wichtige Werte sind, die ich hier leben kann.

Meine Aufgaben in der Apotheke sind:

Hauptsächlich die Kundenberatung, aber natürlich auch zum Beispiel die Herstellung von Rezepturen, wie Cremes oder Kapseln.

In meiner Freizeit mache ich:

Von Ausgehen und Freunde treffen, bis einfach mal ausruhen und entspannen ist alles dabei.

Mein Lebensmotto:

Lerne aus der Vergangenheit, träume von der Zukunft, lebe in der Gegenwart!