

# PRESSEMITTEILUNG

---

## Da kann der Winter einpacken

### Unterstützung für Körper und Seele: Mit LINDA Apotheken durch die kalte Jahreszeit

**Köln, 29.12.2022 – Trübes Wetter, Kälte und Dunkelheit sind nicht nur eine Herausforderung für das Immunsystem, sondern können mitunter auch stark aufs Gemüt schlagen. Um angreifenden Viren und aufkommendem Winterblues ein Schnippchen zu schlagen, laufen vom 2.1. bis 11.2.2023 die Beratungswochen „Da kann der Winter einpacken“ in den LINDA Apotheken – mit speziellen Vorteilsaktionen, ausgewählten Produktempfehlungen und fachkundigem Rat geleiten sie ihre Kund:innen durch die rauen Wintermonate.**

Husten, Schnupfen, Gliederschmerzen: Bereits im November erreichte die Grippe- und Erkältungswelle in dieser Saison einen frühen Höhepunkt, wie das Zentralinstitut für die kassenärztliche Versorgung (Zi) meldete. Und in den ersten Monaten des neuen Jahres 2023 dürfte es hier wohl auch keine Entwarnung geben. Erschwerend hinzu kommt die vielfach getrübe Stimmung. Drei Fünftel (59 Prozent) der Deutschen leiden unter Winterblues. Das ergab eine YouGov-Umfrage in Kooperation mit Statista. Die sogenannte „Seasonal Affective Disorder“ (SAD) wird vor allem durch das fehlende Licht in den kurzen Tagen verursacht. Weniger Sonnenstunden bedeuten, es werden auch weniger Glückshormone produziert.

Umso wichtiger ist es, Körper und Seele mit gezielten Maßnahmen zu unterstützen. Denn wenn die warme Heizungsluft in Innenräumen die Schleimhäute austrocknet, haben Viren leichtes Spiel. Es ist daher ratsam, regelmäßig zu lüften und gegebenenfalls etwa mit Wasserschalen auf dem Heizkörper das Raumklima zu verbessern. Noch wichtiger ist aber tägliche Bewegung an der frischen Luft, um das Immunsystem zu stärken – am besten bei Tageslicht, weil dies ganz nebenbei für gute Laune sorgt. Zusätzlich können ausgewählte Produkte aus der Apotheke unterstützen. So finden in LINDA Apotheken bis zum 11. Februar die Beratungswochen „Da kann der Winter einpacken“ statt. In diesem Rahmen gibt es 10 spezielle Produktempfehlungen sowie Rabatt- und PAYBACK Coupons. Zudem erhalten Kund:innen fachkundigen Rat etwa zu passenden Immun- und Vitaminpräparaten sowie Tipps für mehr Ausgeglichenheit und einen erholsamen Schlaf.

Einen besonderen Service bietet das LINDA Gesundheitstelefon. Unter 0800 546 32 20 erreichen Anrufer:innen kostenlos alle 14 Tage mittwochs von 12-19 Uhr die Gesundheitsexpertin Eva Zimmer für eine anonyme, individuelle Beratung. Die nächste Sprechstunde am 4.1.2023 hat das Thema „Winterblues – am liebsten würde ich mich zu Hause verkriechen!“. Wer über sein Stimmungstief sprechen möchte, findet hier persönliche Ansprache und Unterstützung. Damit wir dem Winter die kalte Schulter zeigen können!

Unter [www.linda.de](http://www.linda.de) finden sich weitere Informationen sowie eine Suchfunktion für LINDA Apotheken in der Nähe.

# PRESSEMITTEILUNG

## > ZU LINDA APOTHEKEN/LINDA AG

Das Prinzip ist einfach: Apotheker:innen haben sich zusammengeschlossen, um ihren Beruf mit der eigenen Apotheke vor Ort unter der gemeinsamen Dachmarke LINDA Apotheken auszuüben. LINDA ist die deutschlandweit bekannteste Premium-Apothekendachmarke selbstständiger Apotheker:innen und Marktführer in ihrem Segment<sup>1</sup>. Das HANDELSBLATT vergab im Ranking »Deutschlands Beste Händler 2022« in der Kategorie Apothekenkooperationen den 1. Platz an die LINDA Apotheken<sup>2</sup>. Die LINDA Apotheken verfügen über eine ausgezeichnete Service-Qualität<sup>3</sup> und überzeugen durch eine herausragende Kundenzufriedenheit<sup>4</sup>. Auch BILD attestierte den LINDA Apotheken höchsten Kundennutzen mit dem Siegel »Deutschlands Kundenkönig 2022« in der Kategorie Apotheken<sup>5</sup>. LINDA gewann den »Apotheken-Kooperationspreis 2021« (Coop-Study) für die beste Umsetzung von Kooperationsvorgaben<sup>6</sup> und die LINDA eigene Kampagne zum Thema eRezept wurde ebenfalls 2021 mit dem »VISION.A Award« in Silber ausgezeichnet<sup>7</sup>. Der 1. Platz beim »App Award 2021« in der Kategorie Apothekenkooperationen beweist zudem, dass die LINDA Apotheken auch digital sehr gut aufgestellt sind<sup>8</sup>. Eigentümerin der Dachmarke LINDA Apotheken ist die LINDA AG, die sich dafür einsetzt, dass sich die selbstständigen inhaber\*innengeführten Apotheken zukunftsorientiert positionieren und ihre Eigenständigkeit und Unabhängigkeit bewahren. Sitz der LINDA AG ist Köln.

<sup>1</sup>Auszeichnung zur »Marke des Jahrhunderts« in der Produktgattung Apotheke, Markenpreis des Verlags Deutsche Standards Editionen GmbH, 2022; <sup>2</sup>Platz 1 bei der Studie »Deutschlands Beste Händler 2022« in der Kategorie Apothekenkooperationen, Service Value GmbH und HANDELSBLATT, 2022; <sup>3</sup>Nr. 1 der Apothekenkooperationen, Studie »Service-Champions im erlebten Kundenservice«, Service Value GmbH und DIE WELT, 2022; <sup>4</sup>Prädikat »Herausragende Kundenzufriedenheit« beim »Deutschen Kunden-Award 2021/22«, DiGV (Deutsche Gesellschaft für Verbraucherstudien mbH); <sup>5</sup>Prädikat »Höchster Kundennutzen« bei der Auszeichnung »Deutschlands Kundenkönig« in der Kategorie Apotheken, Service Value GmbH und BILD Siegel, 2022; <sup>6</sup>Auszeichnung »Beste Umsetzung von Kooperationsvorgaben«, Coop-Study, IQVIA/AMI, 2021; <sup>7</sup>Silberauszeichnung »VISION.A-Award« in der Kategorie »Beste Kampagne«, VISION.A – Die Digitalkonferenz von apotheke adhoc und NOVENTI, 2021; <sup>8</sup>Platz 1 beim »App Award 2021« in der Kategorie Apothekenkooperationen, DiGV (Deutsche Gesellschaft f. Verbraucherstudien), 2021.

## > KONTAKT

LINDA AG  
Vanessa Tscholl  
Leitung Marketing & Kommunikation  
Emil-Hoffmann-Straße 1a  
50996 Köln

t 0 22 36. 8 48 78 - 74  
e [tscholl@linda-ag.de](mailto:tscholl@linda-ag.de)  
> [linda.de](http://linda.de)  
> [facebook.com/LINDA.Apotheken](https://facebook.com/LINDA.Apotheken)  
> [app.linda.de](http://app.linda.de)

## > BILDMATERIAL



### Bild

Quelle: LINDA Apotheken / LINDA AG

### Bildunterschrift:

Beratungswochen in LINDA Apotheken:  
Da kann der Winter einpacken.