

g e n n a i o

2 0 1 4

le vitamine



Le vitamine sono sostanze organiche indispensabili per la vita e l'accrescimento, poiché svolgono un ruolo essenziale in tutti i processi vitali. Sono micronutrienti, cioè nutrienti necessari in piccole dosi che devono essere assunti con la dieta, perché in generale l'organismo non è in grado di sintetizzarle.

Una dieta varia fornisce le quantità raccomandate di tutte le vitamine e degli altri nutrienti; bisogna però ricordare che l'alimentazione è spesso tutt'altro che varia ed equilibrata con il rischio che la quantità di vitamine assunte possa essere inferiore a quella minima raccomandata.

Le vitamine A e D possono dare accumulo, cioè l'ingestione di quantità elevate può risultare tossica. Le altre invece vengono rapidamente utilizzate dall'organismo ed eliminate.



ORARIO

MERCOLEDÌ
SEMPRE APERTO
chiusura: lunedì mattina
e sabato pomeriggio

dal 1° gennaio al 31 maggio
 lunedì: 15,00 - 19,30
 martedì - venerdì:
 8,30 - 12,30 15,00 - 19,30
 sabato: 9,00 - 12,30

dal 1° giugno al 30 settembre
 (orario estivo)
 lunedì: 15,00 - 19,30
 martedì - venerdì:
 9,00 - 12,30 15,00 - 19,30
 sabato: 9,00 - 12,30

dal 1° ottobre al 31 dicembre
 lunedì: 15,00 - 19,30
 martedì - venerdì:
 8,30 - 12,30 15,00 - 19,30
 sabato: 9,00 - 12,30

FARMACIA

Monginevro

del Dott. Livio Oggero
Socio C.I.S.A.F

Via Monginevro, 178
 10141 Torino

Tel 011 706231—Fax 011 7070541
 La Farmacia sempre al vostro servizio,
 anche sul web

www.farmaciamonginevro.it

1	Mercoledì MARIA MADRE DI DIO	●
2	Giovedì S. BASILIO VESCOVO	
3	Venerdì S. GENOVEFFA	
4	Sabato S. ERMETE	Aperto 9,00-12,30
5	Domenica S. AMELIA	
6	Lunedì EPIFANIA DI N.S.	
7	Martedì S. LUCIANO	
8	Mercoledì S. MASSIMO	◐
9	Giovedì S. GIULIANO MARTIRE	orario continuato 8,30 - 19,30
10	Venerdì S. ALDO EREMITA	
11	Sabato S. IGINO PAPA	Aperto 9,00-12,30
12	Domenica S. MODESTO M.	
13	Lunedì S. ILARIO	Aperto 15,00-19,30
14	Martedì S. FELICE M	
15	Mercoledì S. MAURO ABATE	
16	Giovedì S. MARCELLO PAPA	○
17	Venerdì S. ANTONIO ABATE	
18	Sabato S. LIBERATA	Aperto 9,00-12,30
19	Domenica S. MARIO MARTIRE	
20	Lunedì S. SEBASTIANO	Aperto 15,00-19,30
21	Martedì S. AGNESE	
22	Mercoledì S. VINCENZO MARTIRE	
23	Giovedì S. EMERENZIANA	
24	Venerdì S. FRANCESCO DI SALES	◐
25	Sabato CONVERS. DI S. PAOLO	Aperto 9,00-12,30
26	Domenica S. PAOLA	
27	Lunedì S. ANGELA MERICI	Aperto 15,00-19,30
28	Martedì S. TOMMASO D'AQ.	
29	Mercoledì S. CESARIO	orario continuato 8,30 - 19,30
30	Giovedì S. MARTINA	
31	Venerdì S. GIOVANNI BOSCO	