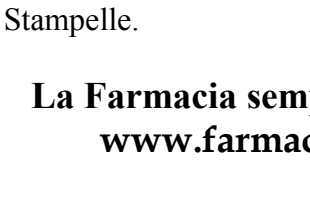
gennaio 2014

le vitamine

Le vitamine sono sostanze organiche indispensabili per la vita e per l'accrescimento.
Si trovano soprattutto nei vegetali e, non essendo per lo più sintetizzate dall'organismo animale, devono essere assunte con gli alimenti. Come catalizzatori nelle reazioni enzimatiche alcune si trasformano in coenzimi; inoltre le vitamine influenzano la sintesi di alcuni ormoni e degli anticorpi.
La carenza provoca ipovitaminosi mentre l'eccesso causa ipervitaminosi.
Il fabbisogno giornaliero varia da 1 mg ad oltre 50 mg. al giorno.
Le vitamine A, D, E e K sono liposolubili; sono invece idrosolubili le vitamine B1, B2, PP, B6, B12, l'acido folico, la biotina e la vitamina C. Le vitamine A e D possono dare accumulo, le altre invece vengono metabolizzate ed il loro eccesso eliminato.



aderisce alle iniziative di

FARMA UNITI

ORARIO

8,30 – 12,30 15,00 – 19,00

CHIUSO il
GIOVEDÍ POMERIGGIO
e il
SABATO POMERIGGIO

FARMACIA SIMONDI

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.
Piazza Umberto I, 13
10060 Campiglione Fenile (TO)
tel. 0121 590613 - fax 0121 319721
E-mail:
ROBERTce@simondiroberta.191.it

I nostri reparti:
Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi
anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:
Analisi degli alimenti - Analisi del capello per verificare campi di disturbo alimentare – Analisi delle intolleranze alimentari - Autoanalisi: glicemia, colesterolo totale e HDL, trigliceridi, acido urico – Posizionamento Holter pressorio - Determinazione dell'INR -Noleggio apparecchi aerosol, bilancia pesaneonati, Tiralatte Medela e Chicco, Stampelle.

La Farmacia sempre al tuo servizio
www.farmaciasimondi.it

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

farmaLEM *Realizzazioni grafiche e Siti web* www.farmalem.it