

gennaio

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



IL MAL DI GOLA

Il mal di gola è uno dei disagi più comuni nella stagione fredda, e si manifesta con secchezza, bruciore e difficoltà a deglutire. Può essere causato da smog, polveri irritanti o fumo, ma anche da un ambiente troppo secco o eccessivamente umido. Se compare con una sensazione di pizzicore alla gola, naso che cola, febbre e tosse, potrebbe trattarsi di un virus da raffreddamento. Se invece insorge bruscamente con febbre alta, forte dolore e placche bianche sulle tonsille, potrebbe essere un'infezione batterica: in tal caso è bene consultare il farmacista e il medico. Talvolta il mal di gola è il primo segnale di malattie esantematiche nei bambini. Rafforzare le difese immunitarie in modo naturale può essere d'aiuto: il farmacista vi può consigliare al meglio.



ORARIO

LUN - VEN

8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB

8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1 Giovedì

MARIA MADRE DI DIO

2 Venerdì

S. BASILIO VESCOVO

3 Sabato

S. GENOVEFFA

CHIUSO AL POMERIGGIO

4 Domenica

S. ERMETE

5 Lunedì

S. AMELIA

6 Martedì

EPIFANIA DI N.S.

7 Mercoledì

S. LUCIANO

8 Giovedì

S. MASSIMO

9 Venerdì

S. GIULIANO MARTIRE

10 Sabato

S. ALDO EREMITA

CHIUSO AL POMERIGGIO

11 Domenica

S. IGINO PAPA

12 Lunedì

S. MODESTO M.

13 Martedì

S. ILARIO

14 Mercoledì

S. FELICE M

15 Giovedì

S. MAURO ABATE

16 Venerdì

S. MARCELLO PAPA

17 Sabato

S. ANTONIO ABATE

CHIUSO AL POMERIGGIO

18 Domenica

S. LIBERATA

19 Lunedì

S. MARIO MARTIRE

20 Martedì

S. SEBASTIANO

21 Mercoledì

S. AGNESE

22 Giovedì

S. VINCENZO MARTIRE

23 Venerdì

S. EMERENZIANA

24 Sabato

S. FRANCESCO DI SALES

CHIUSO AL POMERIGGIO

25 Domenica

CONVERS. DI S. PAOLO

26 Lunedì

S. PAOLA

27 Martedì

S. ANGELA MERICI

28 Mercoledì

S. TOMMASO D'AQ.

29 Giovedì

S. CESARIO

30 Venerdì

S. MARTINA

31 Sabato

S. GIOVANNI BOSCO

CHIUSO AL POMERIGGIO

febbraio

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



MAL DI DENTI

Un dolore acuto, che peggiora con la masticazione o con cibi molto caldi, freddi o dolci, può indicare una pulpite, spesso conseguenza di una carie profonda. La carie è un processo che intacca lo smalto e, se trascurata, può estendersi alla polpa dentale provocando infezioni o ascessi. Le infiammazioni gengivali, come gengiviti e parodontiti, possono causare dolore, gonfiore e sanguinamento, e se non curate, portare alla caduta dei denti. Anche malattie sistemiche o l'uso di determinati farmaci possono influenzare la salute orale. La scarsa igiene resta però la causa più comune. Prevenire è fondamentale: pulizia regolare, visite periodiche dal dentista e i giusti consigli del farmacista aiutano a mantenere un sorriso sano.



ORARIO

LUN - VEN

8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB

8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1	Domenica S. VERDIANA	○
2	Lunedì PRES. DEL SIGNORE	
3	Martedì S. BIAGIO	
4	Mercoledì S. GILBERTO	
5	Giovedì S. AGATA	
6	Venerdì S. PAOLO MIKI	
7	Sabato S. TEODORO MARTIRE	CHIUSO AL POMERIGGIO
8	Domenica S. GIROLAMO EM.	
9	Lunedì S. APOLLONIA	◐
10	Martedì S. SCOLASTICA	
11	Mercoledì S. DANTE	
12	Giovedì S. EULALIA	
13	Venerdì S. MAURA	
14	Sabato S. VALENTINO	CHIUSO AL POMERIGGIO
15	Domenica S. FAUSTINO	
16	Lunedì S. GIULIANA VERGINE	
17	Martedì S. DONATO MARTIRE	●
18	Mercoledì LE CENERI	
19	Giovedì S. TULLIO	
20	Venerdì S. SILVANO	
21	Sabato S. ELEONORA	CHIUSO AL POMERIGGIO
22	Domenica I DI QUARESIMA	
23	Lunedì S. LIVIO	
24	Martedì S. EDILBERTO RE	◑
25	Mercoledì S. VITTORINO	
26	Giovedì S. ROMEO	
27	Venerdì S. LEANDRO	
28	Sabato S. ROMANO ABATE	CHIUSO AL POMERIGGIO

marzo 2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



MAL DI TESTA

Circa 25 milioni di italiani soffrono di mal di testa almeno una volta all'anno, in prevalenza donne. Considerata una vera e propria patologia sociale, compromette qualità della vita e produttività. La cefalea si presenta in varie forme, tra cui emicrania, cefalea tensiva e a grappolo, ognuna con caratteristiche specifiche. Per gli episodi occasionali, riposo, silenzio e buio possono giovare. Per prevenirla, è utile evitare i fattori scatenanti, come alcuni alimenti, stress, posture scorrette e inattività fisica. Se i mal di testa sono frequenti e familiari, è bene rivolgersi a specialisti. L'automedicazione può essere rischiosa: è sempre meglio chiedere consiglio a farmacista e medico.



ORARIO

LUN - VEN
8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB
8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1 **Domenica**
II DI QUARESIMA

2 **Lunedì**
S. BASILEO MARTIRE

3 **Martedì**
S. CUNEGONDA

4 **Mercoledì**
S. LUCIO

5 **Giovedì**
S. ADRIANO

6 **Venerdì**
S. GIORDANO

7 **Sabato**
S. FELICITA

CHIUSO AL POMERIGGIO

8 **Domenica**
III DI QUARESIMA

9 **Lunedì**
S. FRANCESCA R.

10 **Martedì**
S. SIMPLICIO PAPA

11 **Mercoledì**
S. COSTANTINO

12 **Giovedì**
S. MASSIMILIANO

13 **Venerdì**
S. EUFRASIA V.

14 **Sabato**
S. MATILDE

CHIUSO AL POMERIGGIO

15 **Domenica**
IV DI QUARESIMA

16 **Lunedì**
S. ERIBERTO VESCOVO

17 **Martedì**
S. PATRIZIO

18 **Mercoledì**
S. SALVATORE

19 **Giovedì**
S. GIUSEPPE

20 **Venerdì**
S. ALESSANDRA MARTIRE

21 **Sabato**
S. BENEDETTO

CHIUSO AL POMERIGGIO

22 **Domenica**
V DI QUARESIMA

23 **Lunedì**
S. TURIBIO DI M.

24 **Martedì**
S. ROMOLO

25 **Mercoledì**
ANNUNCIAZ. DEL SIGNORE

26 **Giovedì**
S. TEODORO

27 **Venerdì**
S. AUGUSTO

28 **Sabato**
S. SISTO III PAPA

CHIUSO AL POMERIGGIO

29 **Domenica**
LE PALME

30 **Lunedì**
S. AMEDEO

31 **Martedì**
S. BENIAMINO MARTIRE

aprile

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



IL PRURITO

Il prurito può segnalare diverse condizioni, tra cui allergie, dermatiti o infezioni. L'orticaria, per esempio, può essere scatenata da punture, sostanze irritanti o allergeni. Rinite allergica, con prurito al naso, occhi arrossati e difficoltà respiratorie, è molto diffusa e legata a pollini, polvere, muffe o animali. Le dermatiti possono derivare da funghi, batteri o parassiti, ma anche da malattie come psoriasi o problemi epatici. In ogni caso, è importante individuare la causa per una terapia mirata. Il farmacista può aiutare a riconoscere il problema e consigliare se rivolgersi al medico.



ORARIO

LUN - VEN

8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB

8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1 Mercoledì

S. UGO VESCOVO

2 Giovedì

S. FRANCESCO DI P.

3 Venerdì

S. RICCARDO VESCOVO

4 Sabato

S. ISIDORO VESCOVO

CHIUSO AL POMERIGGIO

5 Domenica

PASQUA DI RESURREZIONE

6 Lunedì

DELL'ANGELO

7 Martedì

D. IN ALBIS - S. ERMANNO

8 Mercoledì

S. ALBERTO DIONIGI

9 Giovedì

S. MARIA CLEOFE

10 Venerdì

S. TERENCE MARTIRE

11 Sabato

S. STANISLAO VESCOVO

CHIUSO AL POMERIGGIO

12 Domenica

IN ALBIS

13 Lunedì

LE PALME

14 Martedì

S. ABBONDIO

15 Mercoledì

S. ANNIBALE

16 Giovedì

S. LAMBERTO

17 Venerdì

S. ANICETO PAPA

18 Sabato

S. GALDINO VESCOVO

CHIUSO AL POMERIGGIO

19 Domenica

S. ERMOGENE MARTIRE

20 Lunedì

S. ADALGISA VERGINE

21 Martedì

S. ANSELMO, S. SILVIO

22 Mercoledì

S. CAIO

23 Giovedì

S. GIORGIO MARTIRE

24 Venerdì

S. FEDELE

25 Sabato

FESTA DELLA LIBERAZIONE

26 Domenica

S. MARCELLINO MART.

27 Lunedì

S. ZITA

28 Martedì

S. VALERIA

29 Mercoledì

S. CATERINA DA SIENA

30 Giovedì

S. MARIANO

maggio

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



I DISTURBI DELL'APPETITO

Negli ultimi anni i disturbi alimentari sono sempre più frequenti. L'obesità è in aumento e rappresenta un rischio per cuore, metabolismo, articolazioni e respirazione. Alcuni studi indicano che stati emotivi come la rabbia, specialmente se repressa, possono favorire l'aumento di peso, in particolare nelle donne, per via degli effetti dello stress sul metabolismo. Dall'altro lato, condizioni come anoressia e bulimia destano crescente preoccupazione. Genitori e familiari devono osservare con attenzione eventuali cambiamenti nei comportamenti alimentari, specie negli adolescenti, e rivolgersi a farmacisti o medici per un primo supporto e indicazioni su centri specializzati.



ORARIO

LUN - VEN
8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB
8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1 **Venerdì**
SAN GIUSEPPE ART. - FESTA DEL LAVORO

2 **Sabato**
S. ATANASIO **CHIUSO AL POMERIGGIO**

3 **Domenica**
S. GIACOMO

4 **Lunedì**
S. SILVANO

5 **Martedì**
S. PELLEGRINO M.

6 **Mercoledì**
S. GIUDITTA MARTIRE

7 **Giovedì**
S. FLAVIA

8 **Venerdì**
S. VITTORE

9 **Sabato**
S. GREGORIO V. **CHIUSO AL POMERIGGIO**

10 **Domenica**
S. ANTONINO

11 **Lunedì**
S. FABIO MARTIRE

12 **Martedì**
S. ROSSANA

13 **Mercoledì**
S. EMMA

14 **Giovedì**
S. MATTIA AP.

15 **Venerdì**
S. TORQUATO

16 **Sabato**
S. UBALDO VESCOVO **CHIUSO AL POMERIGGIO**

17 **Domenica**
ASCENSIONE DEL SIGNORE

18 **Lunedì**
S. GIOVANNI I PAPA

19 **Martedì**
S. PIETRO DI M.

20 **Mercoledì**
S. BERNARDINO DA S.

21 **Giovedì**
S. VITTORIO MARTIRE

22 **Venerdì**
S. RITA DA CASCIA

23 **Sabato**
S. DESIDERIO VESCOVO **CHIUSO AL POMERIGGIO**

24 **Domenica**
PENTECOSTE

25 **Lunedì**
S. URBANO

26 **Martedì**
S. FILIPPO NERI

27 **Mercoledì**
S. AGOSTINO

28 **Giovedì**
S. ERCOLE

29 **Venerdì**
S. MASSIMINO VESCOVO

30 **Sabato**
S. FELICE I PAPA **CHIUSO AL POMERIGGIO**

31 **Domenica**
SS. TRINITA'

giugno 2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



LE GAMBE PESANTI

Con l'arrivo del caldo, molte persone, in particolare le donne, avvertono gambe gonfie, pesanti e stanche. Questi sintomi sono spesso causati da una circolazione venosa e linfatica rallentata. Anche in inverno, scarpe inadatte o lunghe ore in piedi possono aggravare il problema. Alcuni consigli utili: camminare ogni giorno per almeno 20 minuti, mantenere il peso forma con un'alimentazione ricca di fibre e povera di sale e alcol, indossare abiti comodi e scarpe con tacco basso, fare docce fresche alle gambe la sera e dormire con le gambe leggermente sollevate. Il farmacista può suggerire prodotti specifici per dare sollievo. In caso di persistenza, meglio consultare un medico.



ORARIO

LUN - VEN

8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB

8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

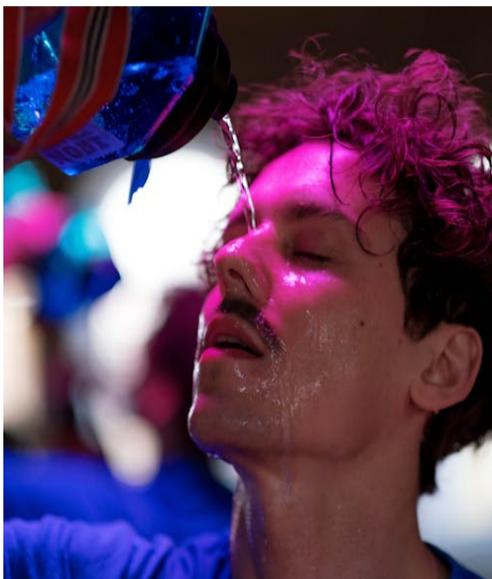
LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1	Lunedì	S. GIUSTINO MARTIRE	
2	Martedì	S. MARCELLINO	FESTA DELLA REPUBBLICA
3	Mercoledì	S. CARLO L.	
4	Giovedì	S. QUIRINO VESCOVO	
5	Venerdì	S. BONIFACIO V.	
6	Sabato	S. NORBERTO V.	CHIUSO AL POMERIGGIO
7	Domenica	CORPUS DOMINI	
8	Lunedì	S. MEDARDO VESCOVO	☾
9	Martedì	S. PRIMO	
10	Mercoledì	S. MARCELLA	
11	Giovedì	S. BARNABA AP.	
12	Venerdì	S. GUIDO - S. ONOFRIO	
13	Sabato	S. ANTONIO DA P.	CHIUSO AL POMERIGGIO
14	Domenica	S. ELISEO	
15	Lunedì	S. GERMANA	●
16	Martedì	S. AURELIANO	
17	Mercoledì	S. GREGORIO B.	
18	Giovedì	S. MARTINA	
19	Venerdì	S. GERVASIO	
20	Sabato	S. ETTORE	CHIUSO AL POMERIGGIO
21	Domenica	S. LUIGI GONZAGA	☾
22	Lunedì	S. PAOLINO DA NOLA	
23	Martedì	S. LANFRANCO	
24	Mercoledì	NATIV. S. GIOVANNI B.	
25	Giovedì	S. GUGLIELMO AB.	
26	Venerdì	S. VIRGILIO VESCOVO	
27	Sabato	S. CIRILLO D'ALESS.	CHIUSO AL POMERIGGIO
28	Domenica	S. ATILIO	
29	Lunedì	SS. PIETRO E PAOLO	
30	Martedì	SS. PRIMI MARTIRI	○

Luglio

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



MAL DI CALDO

Il caldo intenso può mettere a dura prova l'organismo, soprattutto nei più fragili: anziani, bambini e persone con malattie croniche. Può causare cali di pressione, stanchezza, sudorazione fredda e perfino svenimenti. Il colpo di calore si manifesta anche in ambienti poco ventilati e umidi. Il collasso da calore deriva dalla perdita eccessiva di liquidi e sali. Il colpo di sole, invece, comporta sintomi come febbre alta, pelle arrossata e secca, malessere generale, nausea e vertigini. Per prevenire questi problemi, è fondamentale bere almeno due litri d'acqua al giorno, mangiare frutta e verdura, vestirsi con abiti in fibre naturali, proteggersi con cappelli e creme solari e non esporsi nelle ore più calde. Consultate medico o farmacista per eventuali trattamenti terapeutici.



ORARIO

LUN - VEN
8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB
8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1	Mercoledì S. TEOBALDO EREM.	
2	Giovedì S. OTTONE	
3	Venerdì S. TOMMASO AP.	
4	Sabato S. ELISABETTA	CHIUSO AL POMERIGGIO
5	Domenica S. ANTONIO M.Z.	
6	Lunedì S. MARIA GORETTI	
7	Martedì S. CLAUDIO	☾
8	Mercoledì S. ADRIANO	
9	Giovedì S. ARMANDO	
10	Venerdì S. FELICITA	
11	Sabato S. BENEDETTO	CHIUSO AL POMERIGGIO
12	Domenica S. FORTUNATO M.	
13	Lunedì S. ENRICO IMP.	
14	Martedì S. CAMILLO DE LELLIS	●
15	Mercoledì S. BONAVENTURA	
16	Giovedì N.S. DEL CARMELO	
17	Venerdì S. ALESSIO CONF.	
18	Sabato S. FEDERICO V.	CHIUSO AL POMERIGGIO
19	Domenica S. GIUSTA	
20	Lunedì S. MARGHERITA	
21	Martedì S. LORENZO DA B.	☾
22	Mercoledì S. MARIA MADD.	
23	Giovedì S. BRIGIDA	
24	Venerdì S. CRISTINA	
25	Sabato S. GIACOMO AP.	CHIUSO AL POMERIGGIO
26	Domenica S. ANNA	
27	Lunedì S. LILIANA	
28	Martedì S. NAZARIO	
29	Mercoledì S. MARTA	○
30	Giovedì S. PIETRO CRISOLOGO	
31	Venerdì S. IGNAZIO DI L.	

agosto 2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



ILMAL DI PANCIA

Durante i mesi caldi o in viaggio, il mal di pancia può comparire a causa di sbalzi climatici, alimenti avariati, infezioni o farmaci, come gli antibiotici. In molti casi è sufficiente reidratarsi, assumere fermenti lattici e, se necessario, un disinfettante intestinale o antidiarroico. L'apparato digerente, complesso e delicato, è spesso soggetto a disturbi funzionali come la sindrome dell'intestino irritabile, legata a stress e alimentazione disordinata. Bruciori di stomaco e reflusso possono derivare da pasti abbondanti, caffè, alcol, tabacco o farmaci. Anche una digestione lenta può essere fastidiosa. Il farmacista può consigliare prodotti adeguati, ma se i sintomi persistono, è importante consultare il medico.



ORARIO

LUN - VEN
8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB
8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1	Sabato S. ALFONSO	CHIUSO AL POMERIGGIO
2	Domenica S. EUSEBIO	
3	Lunedì S. LIDIA	
4	Martedì S. NICODEMO	
5	Mercoledì S. OSVALDO	
6	Giovedì TRASFIGURAZ. N.S.	
7	Venerdì S. GAETANO DA T.	
8	Sabato S. DOMENICO CONF.	CHIUSO AL POMERIGGIO
9	Domenica S. ROMANO	
10	Lunedì S. LORENZO MARTIRE	
11	Martedì S. CHIARA	
12	Mercoledì S. GIULIANO	
13	Giovedì S. IPPOLITO	
14	Venerdì S. ALFREDO	
15	Sabato ASS. MARIA VERGINE	
16	Domenica S. ROCCO	
17	Lunedì S. GIACINTO CONF.	
18	Martedì S. ELENA IMP.	
19	Mercoledì S. LUDOVICO	
20	Giovedì S. BERNARDO ABATE	
21	Venerdì S. PIO X	
22	Sabato S. MARIA REGINA	CHIUSO AL POMERIGGIO
23	Domenica S. ROSA DA LIMA	
24	Lunedì S. BARTOLOMEO AP.	
25	Martedì S. LUDOVICO	
26	Mercoledì S. ALESSANDRO M.	
27	Giovedì S. MONICA	
28	Venerdì S. AGOSTINO	
29	Sabato MART. S. GIOVANNI B.	CHIUSO AL POMERIGGIO
30	Domenica S. FAUSTINA	
31	Lunedì S. ARISTIDE MARTIRE	

settembre

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



L'INSONNIA

L'insonnia si manifesta come difficoltà ad addormentarsi o come sonno leggero e poco ristoratore. Può portare a stanchezza, nervosismo e scarsa concentrazione durante il giorno. Può essere legata a disturbi come ipertensione, ansia, depressione, obesità o a condizioni ambientali sfavorevoli, come caldo eccessivo o rumori. Le ricerche indicano che dormire poco incide negativamente sulla salute generale. I farmaci possono essere un supporto, ma non sostituiscono un sonno naturale e rigenerante. Circa il 15% degli italiani soffre di insonnia cronica, in prevalenza donne e anziani. Evitate il fai-da-te con sonniferi o alcol e chiedete consiglio al farmacista; se necessario, rivolgetevi al medico.



ORARIO

LUN - VEN

8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB

8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1	Martedì	S. EGIDIO ABATE	
2	Mercoledì	S. ELPIDIO VESCOVO	
3	Giovedì	S. GREGORIO M.	
4	Venerdì	S. ROSALIA	☾
5	Sabato	S. VITTORINO VESC	CHIUSO AL POMERIGGIO
6	Domenica	S. UMBERTO	
7	Lunedì	S. REGINA	
8	Martedì	NATIV. B.V. MARIA	
9	Mercoledì	S. SERGIO PAPA	
10	Giovedì	S. NICOLA DA TOL	
11	Venerdì	S. DIOMEDE MARTIRE	●
12	Sabato	SS. NOME DI MARIA	CHIUSO AL POMERIGGIO
13	Domenica	S. MAURILIO	
14	Lunedì	ESALTAZ. S. CROCE	
15	Martedì	B.V. ADDOLORATA	
16	Mercoledì	S. CORNELIO	
17	Giovedì	S. ROBERTO B.	
18	Venerdì	S. SOFIA M.	☾
19	Sabato	S. GENNARO VESCOVO	CHIUSO AL POMERIGGIO
20	Domenica	S. EUSTACHIO	
21	Lunedì	S. MATTEO APOSTOLO	
22	Martedì	S. MAURIZIO MARTIRE	
23	Mercoledì	S. PIO DA PIETRELCINA	
24	Giovedì	S. PACIFICO CONF.	
25	Venerdì	S. AURELIA	
26	Sabato	SS. COSIMO E DAMIANO	CHIUSO AL POMERIGGIO ○
27	Domenica	S. VINCENZO DE P.	
28	Lunedì	S. VENCESLAO M.	
29	Martedì	SS. MICHELE, GABRIELE E RAFFAELE	
30	Mercoledì	S. GIROLAMO DOTTORE	

ottobre

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



I DISTURBI DELL'UMORE

Con l'arrivo dell'autunno e l'accorciarsi delle giornate, molte persone risentono del cambiamento stagionale sviluppando disturbi dell'umore, noti come SAD (seasonal affective disorders). Sintomi da non sottovalutare sono umore depresso persistente, disturbi del sonno, calo dell'appetito e perdita di energia. In altri casi si osservano sbalzi d'umore anche all'interno della stessa giornata. A volte il disagio emotivo si manifesta attraverso sintomi fisici come dolori diffusi, mal di testa o problemi digestivi, rendendo difficile individuarne l'origine. Il farmacista può suggerire rimedi naturali e orientare verso un aiuto specialistico se necessario.



ORARIO

LUN - VEN

8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB

8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1 Giovedì

S. TERESA DEL B.G.

2 Venerdì

SS. ANGELI CUSTODI

3 Sabato

S. GERARDO AB.

CHIUSO AL POMERIGGIO



4 Domenica

S. FRANCESCO D'ASSISI

5 Lunedì

S. PLACIDO MARTIRE

6 Martedì

S. BRUNO AB.

7 Mercoledì

N.S. DEL ROSARIO

8 Giovedì

S. PELAGIA

9 Venerdì

S. FERRUCCIO

10 Sabato

S. DANIELE M.

CHIUSO AL POMERIGGIO



11 Domenica

S. FIRMINO VESCOVO

12 Lunedì

S. SERAFINO CAPP.

13 Martedì

S. EDOARDO RE

14 Mercoledì

S. CALLISTO I PAPA

15 Giovedì

S. TERESA D'AVILA

16 Venerdì

S. MARGHERITA A.

17 Sabato

S. RODOLFO

CHIUSO AL POMERIGGIO

18 Domenica

S. LUCA EVANG.



19 Lunedì

S. LAURA

20 Martedì

S. IRENE

21 Mercoledì

S. ORSOLA

22 Giovedì

S. DONATO VESCOVO

23 Venerdì

S. GIOVANNI DA C.

24 Sabato

S. ANTONIO M.C.

CHIUSO AL POMERIGGIO

25 Domenica

S. CRISPINO

26 Lunedì

S. EVARISTO PAPA



27 Martedì

S. FIORENZO VESCOVO

28 Mercoledì

S. SIMONE

29 Giovedì

S. MASSIMILIANO

30 Venerdì

S. GERMANO VESCOVO

31 Sabato

S. LUCILLA

CHIUSO AL POMERIGGIO

novembre

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



LA TOSSE

La tosse è un riflesso di difesa dell'organismo per liberare le vie aeree da sostanze irritanti. Non si tratta di una malattia in sé, ma di un sintomo da valutare. Una tosse secca può accompagnare raffreddore, laringite o tracheite, e nei bambini, otite o allergie. Se invece si presenta con catarro, può trattarsi di bronchite o di patologie più serie, specie se è più intensa al mattino nei fumatori. In caso di dolore laterale tossendo, si potrebbe sospettare una pleurite. L'autodiagnosi non è consigliata: meglio rivolgersi al medico e al farmacista per identificare le cause e scegliere il trattamento più adeguato.



ORARIO

LUN - VEN

8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB

8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

**FARMACIA
SIMONDI**

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1	Domenica TUTTI I SANTI	
2	Lunedì COMMEMORAZ. DEFUNTI	
3	Martedì S. SILVIA	
4	Mercoledì S. CARLO BORROMEO	
5	Giovedì S. ZACCARIA PROF.	
6	Venerdì S. LEONARDO ABATE	
7	Sabato S. ERNESTO ABATE	CHIUSO AL POMERIGGIO
8	Domenica S. GOFFREDO VESCOVO	
9	Lunedì S. ORESTE	
10	Martedì S. LEONE MAGNO	
11	Mercoledì S. MARTINO DI TOURS	
12	Giovedì S. RENATO M.	
13	Venerdì S. DIEGO	
14	Sabato S. GIOCONDO VESCOVO	CHIUSO AL POMERIGGIO
15	Domenica S. ALBERTO M.	
16	Lunedì S. MARGHERITA DI S.	
17	Martedì S. ELISABETTA	
18	Mercoledì S. ODDONE AB.	
19	Giovedì S. FAUSTO MARTIRE	
20	Venerdì S. BENIGNO	
21	Sabato PRESENTAZ. B.V. MARIA	CHIUSO AL POMERIGGIO
22	Domenica S. CECILIA V.	
23	Lunedì S. CLEMENTE PAPA	
24	Martedì CRISTO RE E S. FLORA	
25	Mercoledì S. CATERINA D'ALESS.	
26	Giovedì S. CORRADO VESCOVO	
27	Venerdì S. MASSIMO	
28	Sabato S. GIACOMO FRANCO	CHIUSO AL POMERIGGIO
29	Domenica S. SATURNINO M.	
30	Lunedì S. ANDREA AP.	

dicembre

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



IL MAL DI SCHIENA

Quasi tutti, almeno una volta nella vita, soffrono di mal di schiena. Lo stress, la sedentarietà e posture scorrette sono tra le cause principali. Spesso si tratta di disturbi transitori, ma in alcuni casi il dolore può essere segnale di problemi più seri. Il "colpo della strega" è un esempio di dolore acuto e improvviso, provocato da una contrazione muscolare o da un'inflammatione cronica dovuta a ernia o traumi. È così intenso da limitare i movimenti. Intervenire precocemente aiuta a prevenire complicazioni. Il farmacista può suggerire rimedi naturali o farmacologici, ma è sempre opportuno coinvolgere il medico in caso di persistenza.



ORARIO

LUN - VEN

8:30 - 12:30 15:00 - 19:00

SAB

8:30 - 12:30 Pomeriggio: CHIUSO

FARMACIA SIMONDI

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13 - 10060 Campiglione Fenile (TO)

☎ 0121 590613 📞 339 8412 036

e-mail: robertasimondi2@gmail.com

I nostri reparti in evidenza:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

- **Analisi del sangue di prima istanza:** Creatininemia, Glicemia, Colesterolo tot. e HDL, Trigliceridi, Ac. Urico
- **Analisi Alimenti e Controllo BIO**
- **Analisi capello** per verificare campi di disturbo alimentare
- **ECG. con referto**
- **Esame Udito**
- **Analisi Intolleranze Alimentari**
- **Holter Pressorio - Holter Cardiaco - INR**
- **Noleggi:** Apparecchi Aerosol, Bilancia Neonati, Tiralatte Medela e Chicco
- **HC (Sedia a rotelle, Stampelle ecc.) - Vasto assortimento di Calzature Sholl**
- **Foratura lobi orecchie**

Si eseguono Vaccinazioni anti Covid-19 - Tamponi rapidi
Vaccinazioni Antinfluenzali

LA FARMACIA SEMPRE AL TUO SERVIZIO

1	Martedì S. ANSANO	☾
2	Mercoledì S. BIBIANA	
3	Giovedì S. FRANCESCO SAVERIO	
4	Venerdì S. BARBARA	
5	Sabato S. GIULIO M.	CHIUSO AL POMERIGGIO
6	Domenica S. NICOLA VESCOVO	
7	Lunedì S. AMBROGIO VESCOVO	
8	Martedì IMMACOLATA CONC.	
9	Mercoledì S. SIRO	●
10	Giovedì N.S. DI LORETO	
11	Venerdì S. DAMASO PAPA	
12	Sabato S. GIOVANNA F.	CHIUSO AL POMERIGGIO
13	Domenica S. LUCIA V.	
14	Lunedì S. POMPEO	
15	Martedì S. VALERIANO	
16	Mercoledì S. ALBINA	
17	Giovedì S. LAZZARO	☾
18	Venerdì S. GRAZIANO VESCOVO	
19	Sabato S. FAUSTA	CHIUSO AL POMERIGGIO
20	Domenica S. LIBERATO MARTIRE	
21	Lunedì S. PIETRO CANISIO	
22	Martedì S. FRANCESCA CABRINI	
23	Mercoledì S. VITTORIA	
24	Giovedì S. DELFINO	○
25	Venerdì NATALE DEL SIGNORE	
26	Sabato S. STEFANO PROTOM.	
27	Domenica S. GIOVANNI AP.	
28	Lunedì SS. INNOCENTI MARTIRI	
29	Martedì S. TOMMASO BECKET	
30	Mercoledì S. RUGGERO	
31	Giovedì S. SILVESTRO PAPA	