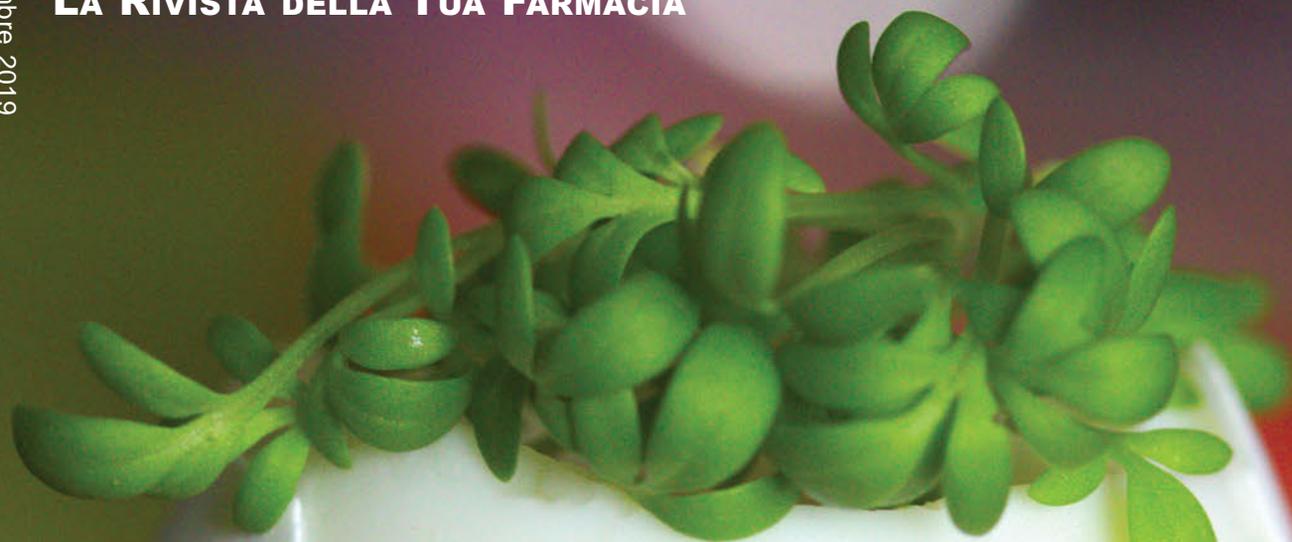


# Pilliole

LA RIVISTA DELLA TUA FARMACIA



## Sicurezza alimentare

**Quello che si  
deve sapere:  
dalle normative  
alla cucina di casa**

CON TUTTI I TURNI  
FINO A DICEMBRE 2019

### Serenità

*Rimedi contro  
ansia e panico*

### Farmacie rurali

*Accordo in favore  
dei servizi sanitari*

### Ricerca

*Le farmacie attive  
in due progetti*

# Dona salute ai bambini



**M**ercoledì **20 novembre** tutti possono compiere un gesto concreto per aiutare tanti **minori** del nostro territorio in stato di **povertà sanitaria** grazie all'iniziativa **"IN FARMACIA PER I BAMBINI"** giunta alla settima edizione. Se entrando in farmacia ti accolgono i volontari della **Fondazione Francesca Rava - NPH Italia Onlus** fermati pochi secondi e ascolta qual è la finalità della raccolta. Donando un **semplice prodotto** sanitario, anche per **pochissimi euro**, contribuirai al benessere di molti minori le cui famiglie si trovano in difficoltà economica e non possono acquistare **farmaci pediatrici da banco, prodotti baby care, alimenti per l'infanzia**. Ciò che viene donato è successivamente consegnato alle Associazioni socio assistenziali della nostra provincia e distribuito a chi ne ha più bisogno.

**"IN FARMACIA PER I BAMBINI"** si tiene in concomitanza alla **Giornata Mondiale dei diritti dell'Infanzia** in ricordo della data in cui l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite adottò, nel 1989, la Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza.

**Federfarma Verona** da sempre sostiene l'iniziativa umanitaria anche dal punto di vista economico inoltre ogni anno sono sempre più numerose le farmacie veronesi aderenti che offrono ai cittadini di tutto il territorio provinciale la possibilità di compiere un piccolo grande gesto di generosità.

**Per ulteriori informazioni [www.nph-italia.org](http://www.nph-italia.org)**



### La “Farmacia dei Servizi” compie dieci anni

Negli ultimi dieci anni sono state numerose le esperienze proposte in molte province e regioni italiane per rendere operativa e concreta la cosiddetta “Farmacia dei Servizi” che prende origine da una precisa normativa (Legge n. 69/2009).

Tutti gli interventi hanno avuto, in collaborazione con le altre figure professionali sociosanitarie, un obiettivo comune: rendere la farmacia sempre più un punto complementare della Sanità e di sicuro riferimento per il cittadino per quanto riguarda molte attività nell'ambito della salute, con particolare attenzione alla prevenzione. Mi riferisco in particolare alle campagne di screening come il “DiaDay” contro il diabete, oppure “Abbasso la pressione” contro l'ipertensione arteriosa, cui si sommano iniziative a carattere locale, un esempio su tutti per quanto riguarda Verona, lo screening sulla fibrillazione atriale.

Facendo riferimento a queste esperienze e al loro forte impatto sulla popolazione la Regione Veneto, fra le prime in Italia, ha deliberato in merito ad un progetto dedicato alla presa in carico da parte delle farmacie - debitamente formate grazie a corsi specifici dedicati al farmacista - del “paziente fragile”, cioè un soggetto anziano e in politerapia che non segue in maniera corretta la cura prescritta dal medico.

Lungo il percorso, conclusa la parte della formazione, ora che siamo entrati in quella strettamente operativa che prevede il cosiddetto “arruolamento” del paziente, ci siamo accorti delle difficoltà che emergono in progetti di questo tipo. Due sono quelle più evidenti e importanti. La prima riguarda una collaborazione forse non adeguatamente strutturata con il medico di medicina generale che talvolta guarda con una certa diffidenza a simili iniziative, nonostante il coinvolgimento iniziale nel progetto essendo, tra l'altro, indispensabile il suo apporto professionale.

L'altro aspetto riguarda il paziente stesso che si dimostra spesso sospettoso quando viene coinvolto in prima persona soprattutto quando si tratta di rispondere a questionari oppure se deve rilasciare autorizzazioni anche se in forma anonima.

Ritengo che osservare e progredire nel perfezionamento delle campagne sanitarie realizzate in farmacia sia uno dei compiti fondamentali del farmacista che si trova ad essere spesso un “tramite” tra diversi soggetti come paziente, medico, istituzioni sanitarie. La “Farmacia dei Servizi” è quindi anche questo: offrire un luogo fisico in cui, grazie alla professionalità e alle considerazioni del farmacista, la Sanità possa portare a termine efficaci campagne socio sanitarie in favore della popolazione.

Dott. Marco Bacchini  
Presidente di Federfarma Verona

## **PILLOLE**

**La rivista della  
tua Farmacia**

www.federfarmaverona.it

**Editore:**

Federfarma Verona

**Presidente:**

Marco Bacchini

**Il Comitato Scientifico di  
Federfarma è composto dai seguenti  
Farmacisti in Verona:**

Marco Bacchini, Nadia Segala,  
Matteo Vanzan, Elena Chiavegato,  
Claudio Armani, Arianna Capri,  
Elena Mercanti, Gian Battista Neri,  
Stefano Pacenti, Paolo Pomari,  
Daniela Veneri Pietrogrande

**Direttore responsabile:**

Nicoletta Fattori

e-mail: fattori.pillole@email.it

**Redazione:**

Telefono 045.591342

**Editing:**

Area Scripta - Verona

**Per la pubblicità:**

Federfarma Verona

info@federfarmaverona.it

telefono 045.594774

**Hanno collaborato  
a questo numero:**

Stefano Bellini, Elisabetta Crobetti,  
Davide Calcinato, Bruno Brigo,  
Lorenzo Dani, Arianna Capri,  
Silvio Introvigne, Adriano Speri

**Progetto grafico:**

ConTesto Editore scrl

**Fotografie:**

Redazione *Pillole*,  
Ufficio stampa Federfarma Verona,  
Adobe Stock - Fotolia, Federfarma

**Foto di copertina:**

Adobe Stock - Fotolia

**ClipArt:**

Debby 

Registrazione  
del Tribunale C.P. di Verona,  
nr 1610 del 23 settembre 2004  
La tiratura di questo numero  
è stata di 24mila copie

**Stampa:** Unidea (Verona)

## **Mission**

PILLOLE è il Free Press trimestrale di Federfarma Verona a carattere scientifico-divulgativo e di facile lettura che viene distribuito nelle 223 farmacie aderenti a Federfarma Verona. È un prodotto editoriale pensato per i cittadini e il suo sistema di diffusione è capillare, in grado di raggiungere gli utenti del circuito delle farmacie dell'intera provincia. La sua grafica e i caratteri sono stati studiati per essere fruiti con maggiore facilità anche dalle persone con problemi di vista.

PILLOLE gode del Patrocinio della Provincia di Verona e rappresenta uno strumento di comunicazione tra farmacisti e cittadini, orientato allo sviluppo delle politiche di prevenzione e tutela della salute collettiva. Le caratteristiche del prodotto (che riporta i turni delle farmacie per l'intero trimestre, una doppia pagina di numeri utili, accanto ad informazioni su salute pubblica, campagne di prevenzione e normative di settore) ne fanno uno strumento di consultazione continuativa da parte del lettore. Un Comitato Scientifico, appositamente costituito da Federfarma, garantisce sui contenuti.

PILLOLE è sfogliabile anche on line  
nel sito [www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it)

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA

**FEDERFARMAVERONA**



La tua Farmacia ti offre in omaggio  
questa copia di Pillole



# IN QUESTO NUMERO

## Primo Piano

- Contributo delle farmacie alla ricerca scientifica 4
- Sicurezza alimentare cosa si “deve” sapere 8
- Tante cause per il mal di schiena 12
- Nuove strategie per le farmacie rurali montane 16
- Combattere ansia e attacchi di panico 22
- Come cambia la farmacia italiana 26
- Influenza stagionale e vaccini 28
- Accordo regionale per farmaci e prenotazioni 32
- Riconoscimento per lo studio sulla fibrillazione 38
- La Regione Veneto toglie il *superticket* sanitario 40



## SALUTE

L'acqua è un alimento indispensabile

Prevenire fin da piccoli le patologie cardiache

18

34



## BAMBINI

Il gioco è un affare serio

42

## BENESSERE

Anziani: *Serve informazione sull'incontinenza*

Sport: *Ciclisti urbani in forma*

Animali: *L'anagrafe degli animali d'affezione*

44

46

48



## INFORMAZIONI UTILI

Farmacie di turno

Numeri di emergenza

52

59



# Vaccini sperimentali

La **ricerca scientifica** punta molto sui **vaccini** e non solo quelli contro le malattie esantematiche oppure l'influenza stagionale.

In questi mesi il **Centro Ricerche Cliniche di Verona** sta sperimentando dei preparati dedicati ai pazienti affetti da **BPCO** e **Herpes zoster**.

Lo studio ha visto la **partecipazione delle farmacie** di Federfarma Verona

di Adriano Speri

**È** appena iniziata una sperimentazione vaccinale condotta dal Centro Ricerche Cliniche di Verona, presso il Policlinico GB Rossi di Borgo Roma. Lo studio clinico, approvato dal Comitato Etico per la sperimentazione clinica di Verona e Rovigo e da AIFA (Agenzia Italiana del Farmaco), sta testando un **vaccino che contiene gli antigeni (sostanze in grado di generare anticorpi) provenienti da alcuni batteri che possono vivere nel naso e nella gola** di soggetti sani, ma essere responsabili di infezioni gravi in pazienti affetti da **bronchite cronica**. Gli antigeni provenienti dai batteri potrebbero quindi ridurre il numero di riacutizzazioni in persone affette da **BroncoPneumopatia Cronica Ostruttiva (BPCO)**. Abbiamo intervistato il Professor Stefano Milleri, direttore medico scientifico del Centro Ricerche Cliniche di Verona, per avere maggiori dettagli su

questa prima fase di avviamento della ricerca, che ha visto anche le **farmacie di Federfarma Verona** giocare un ruolo importante per il reclutamento dei volontari necessari alla successiva fase di studio e di test.

**Professor Milleri, vuole introdurci innanzi tutto le caratteristiche del Centro che dirige e che ha da poco iniziato la delicata fase di test?**

Il centro è nato nel 2005 grazie all'Azienda Ospedaliera, e ha visto affiancarsi successivamente nel 2016 anche l'Università. Attualmente è infatti gestito dall'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona e dall'Università degli Studi di Verona, con lo scopo di gestire studi di fase precoce, ossia sperimentazioni nell'ambito delle varie aree terapeutiche per valutare la sicurezza e l'efficacia di nuovi composti.

Pillole 4





Ovviamente, tutto ciò avviene in collaborazione con gli specialisti delle varie discipline, quindi con l'oncologo, il dermatologo, il neurologo, ecc. In altre parole, si tratta di un processo che avviene con il coinvolgimento di tutti i vari specialisti che operano nell'ambito del Policlinico. La struttura ha venti posti letto riservati per la conduzione di questi studi, e il tutto è gestito e reso possibile grazie all'operato di uno staff di circa venti persone dedicate completamente alla ricerca clinica.

**Quali sono le caratteristiche del vaccino utilizzato per la conduzione della ricerca che è appena incominciata?**

Nello specifico si tratta di due vaccini, uno per prevenire le infezioni da **Herpes zoster** (altrimenti detto **Fuoco di Sant'Antonio**), l'altro per la prevenzione nei confronti di due batteri che sono responsabili di circa il 40% delle infezioni respiratorie che si manifestano nei pazienti affetti da **bronchite cronica**.

**...e quale vuole essere l'obiettivo specifico dello studio?**

L'obiettivo dello studio è quello di vedere quale debba essere l'intervallo tem-

porale minimo fra le due somministrazioni per avere una risposta ottimale dell'effetto. In altre parole non si sapeva se dopo la prima somministrazione del vaccino dell'*Herpes zoster* si dovesse aspettare un mese, tre mesi oppure sei mesi per avere la risposta ottimale anche del secondo vaccino per la prevenzione delle infezioni respiratorie in pazienti affetti da bronchite cronica.

**La campagna per la raccolta delle adesioni da parte dei volontari è partita a maggio e è terminata a luglio?**

Sì, il periodo durante il quale sono state raccolte le adesioni è durato circa tre mesi, da maggio a luglio, e siamo stati in grado di raggiungere circa l'80% del valore previsto.

**A chi era rivolta la campagna e come è stato gestito il processo di raccolta delle adesioni?**

Le persone volontarie idonee a partecipare a tale indagine erano femmine e maschi sani di età compresa tra i 50 e gli 80 anni, fumatori o ex fumatori. Il processo di adesione ha previsto un primo incontro presso il CRC durante il quale il medico ha spiegato le caratteristiche

**Pillole 5**

**Il Centro Ricerche Cliniche di Verona (CRC)** è stato fondato nel 2005. Attualmente è gestito dall'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona e dall'Università degli Studi di Verona con l'obiettivo di collaborare con le industrie farmaceutiche e assistere i centri di ricerca nelle fasi iniziali di sviluppo di nuovi farmaci, e si trova all'ottavo piano del Policlinico Universitario G.B. Rossi.

**I suoi principali obiettivi sono:**

- ° condurre studi di Fase I, II e Proof-of-Concept con un elevato standard di qualità ed in tempi rapidi;
- ° supportare lo sviluppo di collaborazioni scientifiche interdisciplinari;
- ° mettere a disposizione delle strutture private o pubbliche coinvolte nella ricerca farmacologica, le proprie conoscenze e la struttura;
- ° supportare la ricerca non a fini industriali.

dello studio e ha valutato le condizioni di salute del volontario per determinare l'eventuale idoneità, consegnandoli un modulo da sottoporre al proprio medico di medicina generale. In caso di idoneità, il paziente volontario si sottopone a 7 o 5 visite di controllo (a seconda del gruppo di studio nel quale è inserito) da effettuarsi nell'arco di 22 mesi.

**C'è stata qualche difficoltà durante la fase di ricerca delle adesioni?**

C'è sempre una certa difficoltà nel veicolare le informazioni, in concomitanza a una generale diffidenza nei riguardi della ricerca clinica in generale e soprattutto, come in questo caso, dei vaccini in particolare.

**Ci sono stati casi di sperimentazioni analoghe in passato?**

Per quanto riguarda l'Università e l'Azienda Ospedaliera di Verona è il primo caso di sperimentazione di questo tipo.

**Che ruolo hanno giocato le farmacie come intermediarie della raccolta di adesioni?**

Le adesioni sono pervenute in buona parte grazie a un interessamento diret-

to dei volontari che hanno recepito la notizia da diverse fonti, anche se più di qualcuno è arrivato perché informato direttamente dalla farmacia presso la quale si è recato per una diretta necessità. C'è da aggiungere che il tempo a disposizione per organizzare il supporto non è stato moltissimo, ma è auspicabile per il futuro un regolare coinvolgimento della farmacia. Il numero di pazienti che si reca infatti in farmacia abitualmente è piuttosto elevato, il rapporto di fiducia che si instaura fra il farmacista e il paziente è molto stretto e duraturo, pertanto è un punto sul quale lavorare in futuro anche per sperimentazioni più importanti. Più di ogni altra struttura a diretto contatto con i pazienti, infatti, la farmacia è in grado di veicolare le informazioni corrette per spiegare ai potenziali volontari le caratteristiche dell'indagine e l'importanza dello studio che sta per essere seguito. Chi si avvicina a compiere una scelta così delicata vuole ricevere le necessarie rassicurazioni che giustamente vengono ricercate prioritariamente prima di intraprendere un percorso così importante per sé, ma anche per la comunità scientifica e per tutti i pazienti in grado di poter beneficiare dei risultati raggiunti.

# PIÙ SALUTE, PIÙ BENESSERE CON



# BIOTON®

## SCIENZA, NATURA, ENERGIA



BIOTON® è una linea di integratori pensati per chi ama vivere ogni momento con vitalità e passione.

Prodotti creati con ingredienti naturali ad azione adattogena, dedicati a uomini e donne che cercano il benessere attraverso l'equilibrio della propria energia fisica e mentale.



## PER UNA VITA BUONA!



QUALITÀ FARMACEUTICA



PRODOTTO IN ITALIA



# BIOTON

scienza, natura, energia

SELLA

[www.bioton.it](http://www.bioton.it)

[www.facebook.com/biotonsella](https://www.facebook.com/biotonsella)

# Cibo sicuro

Prende l'avvio da questo numero di "Pillole" un **nuovo appuntamento** interamente dedicato al mondo della **sicurezza alimentare** a **tutela del consumatore**.

Dalla composizione degli **imballaggi** all'**etichettatura** trasparente, dall'**igiene** di tutta la filiera produttiva ai numerosi **rischi domestici**.

Il consumatore è molto più attento rispetto al passato e chiede che i **cibi** e gli **ambienti** siano **sicuri**.

Leggi e informazioni scientifiche sono alla base della **tutela alimentare**

di Silvio Introvigne (\*)

Il consumatore di alimenti è oggi molto più consapevole e informato rispetto al passato sulla qualità dei cibi, ma ancor più richiede (in modo implicito) che tutti gli alimenti presenti sul mercato siano sicuri e non possano provocare **danni alla salute** soprattutto alle categorie della popolazione più deboli e sensibili quali bambini ed anziani. Le misure per garantire la "Sicurezza Alimentare", a partire dai principi generali espressi dalla Comunità Europea nel famoso "Libro Bianco" del 2000, hanno generato nella UE, un quadro normativo articolato in grado di coprire l'intera catena alimentare, ai fini di assicurare un elevato livello di protezione per la salute del consumatore. Attraverso numerosi Regolamenti e Direttive sono stati definiti procedure e responsabili-

tà a livello della **produzione** alimentare (e dei mangimi) e negli allevamenti, includendo produttori, fornitori, trasportatori, distributori e punti vendita finali. Parallelamente sono stati stabiliti adeguati controlli ufficiali nazionali e nel commercio tra paesi UE e terzi. Anche tutti gli **imballaggi** a contatto dei cibi sono stati regolamentati per assicurare l'assenza di **sostanze contaminanti** potenzialmente in grado di migrare nell'alimento. A Londra non è più consentito acquistare il "Fish and Chips" avvolto nella **carta di giornale**. La carta usata per confezionare il pane deve rispondere a precisi requisiti di sicurezza e la cellulosa deve possedere un elevato livello di purezza. Molta attenzione è stata rivolta anche all'**etichettatura trasparente** del prodotto che



obbliga all'elenco decrescente degli ingredienti, impone una **data di scadenza** o di **consumo preferenziale**, la facile **rintracciabilità** (con il numero di lotto di produzione), la **provenienza** della materia prima principale (non per tutti i prodotti) e l'indicazione delle **sostanze allergeniche**. L'obbligo della **etichettatura nutrizionale** è in grado di documentare il valore energetico e qualitativo del cibo, utile per chi sta seguendo una dieta.

La politica della Sicurezza alimentare si basa sull'**analisi del "rischio"** nota anche come analisi HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points). Tale metodologia prevede la valutazione scientifica di ogni composto (additivi, pesticidi, contaminanti, ecc.) che sia in grado di creare rischi per l'integrità dell'alimento, prevedendo altresì di adottare misure di salvaguardia per prevenire che un contaminante possa creare danni potenziali alla salute. A tale scopo è stata creata l'EFSA **Autorità ali-**

**mentare per la sicurezza** con sede a Parma con il compito di assicurare un parere scientifico indipendente. L'EFSA è anche coinvolta nella raccolta e nella diffusione al consumatore degli **allarmi alimentari** (RASFF) per alimenti pericolosi e contaminati segnalati da parte di tutti gli Stati membri.

Le aziende di tutti i settori alimentari sono tenute a predisporre singolarmente Manuali di Corretta Prassi igienica nei quali indicare

### L'esperto

Laureato in Scienze e Tecnologie Alimentari nel 1969 e abilitato, iscritto all'Albo dei Tecnologi Alimentari, Silvio Introvigne vanta un'esperienza professionale ventennale in varie aziende nei settori dietetici, delle bevande, delle conserve e dei prodotti semilavorati asettici in qualità di responsabile della Ricerca applicata /Assicurazione Qualità e poi di Dirigente.

Ha svolto attività di libero professionista come consulente nella Certificazione di Sistemi di Qualità aziendali e ambientali, nonché verifiche ispettive della conformità e qualità igienico-sanitaria nel settore socio sanitario e nell'ambito della ristorazione pubblica e commerciale. Docente in corsi di Formazione per l'idoneità e rilascio del Libretto Sanitario agli operatori del settore alimentare.

tutte le procedure e le misure assicurate al fine di garantire al consumatore la qualità e la sicurezza igienica degli alimenti.

Purtroppo dobbiamo prendere atto che tutte le politiche e la regolamentazione comunitaria e nazionale sono indirizzate esclusivamente agli operatori delle imprese che producono o manipolano alimenti inclusa la ristorazione pubblica e privata.

Ma allora il **consumatore può sentirsi sufficientemente tutelato** dalle numerose leggi e prescrizioni indirizzate a tutte le aziende che operano nell'alimentare ?

Al giorno d'oggi possiamo essere generalmente tranquilli quando acquistiamo in un punto vendita un alimento o una materia prima di marca preparati e confezionati. L'Italia è uno dei Paesi dove le analisi da parte degli Organi di controllo (Aziende sanitarie, NAS Nuclei antisofisticazioni e Sanità dei Carabinieri, Arpa le Agenzie regionali per la protezione ambientale e Organismi di Certificazione) sono molto frequenti e documentati.

### **Sicurezza nella cucina di casa**

Non sono invece attive politiche istituzionali in grado di prendersi a cuore le **problematiche igienico-sanitarie** che originano **nelle case e nelle famiglie** di milioni di consumatori che comunque acquistano, trasportano, manipolano, cucinano e consumano alimenti.

I **mezzi di comunicazione** (TV, giornali e strumenti pubblicitari), pur nell'apprezzabile intento di promuovere la creatività in cucina ed il consumo dei prodotti tipici della nostra tradizione culinaria, nella grande maggioranza dei casi tendono ad ignorare lo sviluppo della **cultura della sicurezza alimentare**.

Viene esaltato l'aspetto emozionale e gustativo dei cibi senza enfatizzare i rischi legati alla qualità degli ingredienti e alle scorrette procedure nella gestione degli alimenti in casa e fuori casa (dove i cambiamenti delle abitudini alimentari hanno spostato i consumi).

Quanti **chef famosi** danno purtroppo un cattivo esempio presentandosi in televisione senza indossare il **cappello** (toque) tradizio-

nale obbligatorio (o altro copricapo) per l'uso in cucina!

Il livello di istruzione medio della maggior parte della popolazione non garantisce l'apprendimento delle **basilari nozioni di igiene alimentare** e delle fondamentali pratiche per assicurare a sé e alla propria famiglia il consumo di cibi sempre sani e sicuri per la salute.

La **scuola** (se non quella specialistica) poco o nulla è stata capace di fare per pianificare una formazione a tappeto sui fondamentali principi dell'igiene alimentare e dei rischi che possono derivare dal mancato rispetto delle buone norme di pratica igienica nelle abituali attività di cucina e manipolazione degli alimenti.

La maggior parte delle **tossinfezioni alimentari**, che in qualche caso risultano fatali, è originata proprio nell'**ambiente domestico** spesso per inadeguate preparazioni di **conservate di vegetali** fatte in casa (intossicazione da **botulino**) e di sviluppo anomalo di batteri patogeni per **carenze di cottura di cibi**. Nel nostro Paese le tossinfezioni casalinghe non sono sempre rilevate statisticamente se non in caso di ospedalizzazione quando si verificano casi di **salmonellosi** in occasione di consumi di cibi contaminati a seguito di feste, matrimoni ed eventi all'aperto.

La conoscenza dei **principali fondamenti dell'igiene alimentare** non può limitarsi alla sola valutazione dei rischi durante la fase di preparazione e cottura degli alimenti ma deve coinvolgere le fasi dell'acquisto delle materie prime, dei prodotti freschi e semilavorati, del trasporto dal punto vendita al domicilio, della conservazione in frigorifero o nel freezer, del consumo entro il periodo di durata indicato in etichetta.

Il fondamentale Regolamento CE n.852/2004 ha chiaramente definito il termine "Igiene degli alimenti" come l'insieme delle misure e delle condizioni necessarie per controllare i pericoli e garantire l'idoneità al consumo umano di un prodotto alimentare, tenendo conto dell'uso previsto.

\* Tecnologo alimentare, esperto in Igiene alimentare

# TOSSE SECCA o GRASSA?



La tosse è una reazione naturale dell'organismo che permette alle nostre vie respiratorie di eliminare ciò che le ostruisce e le irrita.

Scegli l'omeopatia per la tua tosse e per quella dei tuoi bambini!

I medicinali omeopatici esistono anche in forme orali come granuli, globuli e sciroppi che possono essere utilizzati da grandi e piccoli.

**CHIEDI CONSIGLIO AL TUO MEDICO E AL TUO FARMACISTA,  
SAPRANNO PRESCRIVERTI E CONSIGLIARTI UN MEDICINALE OMEOPATICO  
ADATTO AI TUOI SINTOMI.**

**BOIRON®**

[www.boiron.it](http://www.boiron.it)

# Un sintomo tante cause

Il **mal di schiena** affligge il 40% della popolazione e statisticamente almeno una volta nella vita, bambini compresi, è capitato a tutti di soffrirne. Le cause vanno dall'**errata postura** allo **stress**, il **dolore** può giungere **improvviso** o essere **cronico**, può colpire dalla persona obesa all'atleta agonista. I rimedi **farmacologici** sia di sintesi che naturali devono essere accompagnati dalla **rieducazione posturale** e dall'eliminazione del motivo scatenante

di Lorenzo Dani - farmacista

Il mal di schiena non è una malattia, ma un sintomo, un segnale che qualcosa non va, che la colonna vertebrale non è in buona forma. La schiena sostiene il corpo umano e spesso porta anche il peso di molte tensioni psicologiche tipiche della vita stressante dei nostri giorni; è come un orologio di alta precisione, in cui anche un piccolissimo granello di sabbia (una piccola lesione) può causare dolore. Per questo motivo si stima che quasi tutti l'abbiano provato almeno una volta nella vita, ma che il 30-40% circa ne soffra in modo più o meno cronico. Colpisce chiunque, uomini e donne, perfino bambini, ma soprattutto adulti e anziani.

Il mal di schiena è quasi sempre collegato a una disfunzione di alcune componenti (muscoli, legamenti, dischi intervertebrali).

In alcuni casi, si presenta all'**improvviso** e con intensità tanto forte da costringere all'immobilità: è il cosiddetto **colpo della strega**, una violenta contrazione muscolare che blocca la zona lombare della schiena causando fitte dolorosissime. Si scatena dopo uno sforzo o un movimento improvviso. All'origine c'è uno stato cronico di affaticamento della muscolatura, dei legamenti o di un nervo o ancora può essere causato da un'ernia oppure uno schiacciamento di un disco intervertebrale con o senza interessamento del nervo sciatico.

Al mal di schiena concorrono fattori predisponenti come la **sedentarietà**, la **postura scorretta**, l'**obesità**, lo stare troppo nella stessa posizione (si pensi ai camionisti, per ore seduti al volante), il **sollevamento di carichi** eccessivi, il trasporto di **zaini** pesan-

Pillole 12



ti, **sport** che affaticano la colonna (ciclismo e golf ad esempio). A seconda della zona coinvolta, il nome cambia: se è localizzato nella regione lombare si chiama **lombalgia**, se comprende anche la zona dell'osso sacro è la **lombosacralgia**; se è coinvolto il nervo sciatico, un nervo molto lungo che origina in corrispondenza delle prime vertebre lombari e termina nel piede, il dolore interesserà anche i glutei e gli arti inferiori e in questo caso si parlerà di **lombosciatalgia**.

Mentre in certi casi si rendono necessari accertamenti approfonditi e visite specialistiche, nella maggior parte dei casi il dolore si risolve con una terapia mirata ad alleviare la sintomatologia oltre ad un corretto stile di vita. L'**attività fisica** evita l'indebolimento precoce dei muscoli ed aiuta i tessuti a riparare più in fretta. Restare attivi,

continuare a lavorare e muoversi seppur con limitazioni, è fondamentale, perché permette di affrontare meglio il dolore sia fisicamente che psicologicamente. A tal proposito, lo **stress** ha un ruolo importante nel mal di schiena, in quanto la colonna vertebrale è un noto bersaglio dei dolori di origine psicosomatica. La **tensione** e l'**ansia** possono determinare posture anomale e contrazioni muscolari che a lungo andare si traducono in dolori alle parti interessate. Se il mal di schiena è cronico, di solito è attribuibile a un problema di tipo meccanico alla colonna vertebrale; in pochi casi, tuttavia, il dolore può essere causato da malattie infiammatorie, patologie ossee, tumori o problemi addominali. Per proteggere la schiena è bene **evitare di sollevare oggetti pesanti**. Se però non si può farne a meno, meglio non piegarsi in

## Pillole 13

avanti, poiché i legamenti in questa posizione vengono sottoposti a un notevole sforzo. Per sollevare un oggetto pesante occorre quindi piegare le gambe e, mantenendo il busto esteso perpendicolare al terreno, afferrare il peso, tenerlo aderente al corpo e portarlo in alto. Le donne non dovrebbero indossare, se non occasionalmente, scarpe con **tacchi** più alti di cinque centimetri. **Dormire**, nella giusta posizione e su un materasso adatto è importante: non deve essere troppo morbido, in quanto la schiena si curva, né troppo rigido. Per riposare bene occorre stare coricati a letto supini o sul fianco. Durante il sonno è consigliabile alternare il fianco destro con il fianco sinistro, evitando di dormire con troppi cuscini sotto la testa. In **ufficio** è bene alzarsi ogni tanto dalla sedia per distendere la schiena, controllare di aver regolato bene la propria seduta in modo che la parte alta del monitor del pc si trovi all'altezza degli occhi e i gomiti all'altezza del tavolo.

### I farmaci

Per trattare il sintomo del dolore esistono in commercio una vasta gamma di farmaci antidolorifici, da banco e su prescrizione. I più usati sono i farmaci **antinfiammatori non steroidei** (FANS) che possono essere di vario tipo e diversa formulazione, come per esempio compresse o bustine da sciogliere in acqua, per un uso sistemico generalizzato, o pomate e cerotti da applicare sulla parte dolente, per un utilizzo più mirato.

I **FANS** costituiscono un gruppo molto numeroso di principi attivi che inducono gli stessi effetti:

**analgesico** (tolgono il dolore)

**antipiretico** (abbassano la febbre)

**antinfiammatorio** (riducono l'infiammazione).

Questi effetti sono dovuti all'inibizione dell'**enzima ciclossigenasi** (COX) preposto alla sintesi delle prostaglandine, mediatori chimici dell'infiammazione.

I FANS, per quanto molto efficaci, **posso-**

**no indurre gastrolesività**, con episodi di nausea o dolore gastrico, specialmente se l'assunzione è prolungata nel tempo. Se quindi la regola per tutti è di fare cicli di terapia di breve durata, in pazienti che possono essere predisposti a sviluppare effetti collaterali di tipo gastrointestinale è consigliabile assumere **FANS per via topica**: pomate, spray o cerotti. Queste preparazioni agiscono infatti bene nella zona circoscritta, con un assorbimento minimo a livello sistemico. I cerotti medicati vengono applicati direttamente sull'area colpita e offrono un'efficacia di 12-24 ore. Per combattere il dolore della lombalgia vengono utilizzati anche i **miorilassanti**, di solito abbinati ai FANS. Uno dei più comuni è il **tiocolchicoside**, farmaco con un'attività miorilassante a livello della muscolatura scheletrica che sembra si esplichi direttamente sulla cellula muscolare. Non dà sedazione ed è bene consigliarne l'assunzione prima del riposo notturno.

### Erbe medicinali

In aiuto ai FANS, nell'ambito naturale, numerose erbe medicinali sono tradizionalmente raccomandate come antinfiammatori e antidolorifici, per uso orale, in forma di decotti o di estratti, ma anche per uso esterno a scopo decontratturante. Le più comuni sono: **arnica**, **artiglio del diavolo**, **salice**, **boswellia**, **partenio** e **zenzero**. Per uso esterno troviamo anche gli **oli essenziali** di rosmarino, di lavanda e di canfora.

Un gruppo di studiosi (1) ha pubblicato una revisione analitica dell'**efficacia delle erbe medicinali** nel curare il mal di schiena, includendo 14 studi randomizzati e controllati (2050 partecipanti adulti affetti da mal di schiena acuto, subacuto, cronico, non specifico): la revisione ha riguardato le principali piante utilizzate confermando che, per la terapia sintomatica a breve termine del mal di schiena, il fitoterapico di prima scelta è l'artiglio del diavolo in estratto secco, quanto basta a fornire 50-110 mg/die di arpagio-

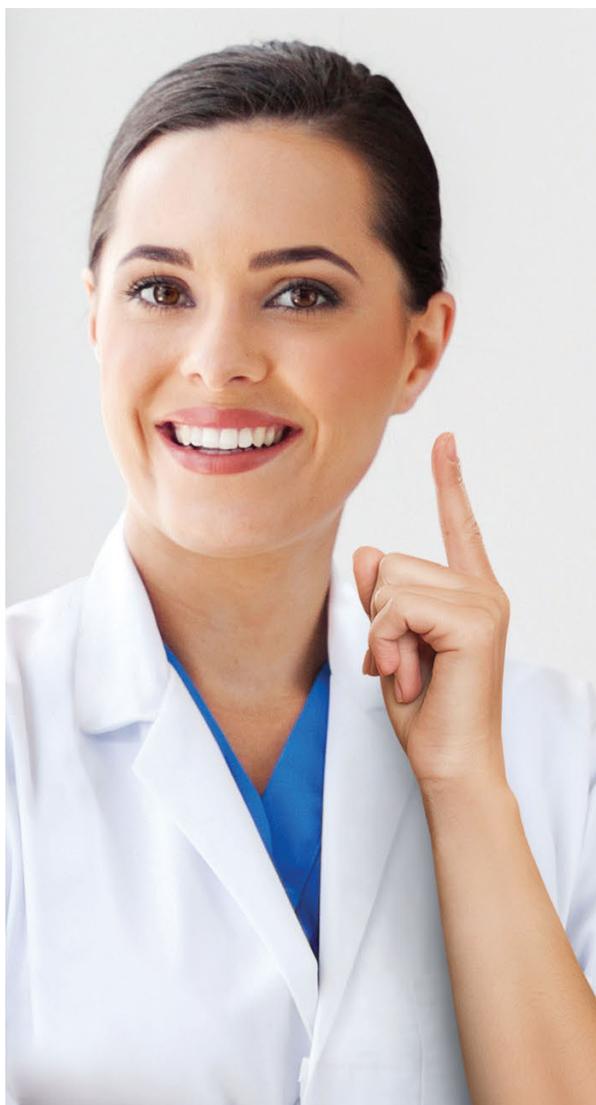
side. Due studi mostrano che questa pianta è più efficace del placebo, con riduzione a breve termine del dolore, rendendo possibile limitare l'uso di FANS.

Per quanto riguarda l'uso esterno, creme con il **capsico** nella formulazione presentano risultati più favorevoli rispetto al placebo in persone con mal di schiena cronico così come pomate a base di arnica sempre associate all'azione miorelissante del calore, sia esso indotto da sostanze rubefacenti che aumentano la quantità di sangue circolante in un determinato distretto, ad esempio applicate mediante cerotti, oppure prodotto da qualcosa di caldo (cuscino con semi naturali o gel) applicato sulla zona contratta. L'olio essenziale di **lavanda** applicato con digitopressione può ridurre l'intensità soggettiva del dolore e non sono stati osservati eventi avversi significativi.

Anche **dispositivi medici** possono venire in aiuto come nel **TENS**, acronimo di *transcutaneous electrical nerve stimulator*, in cui gli elet-

trodi vengono applicati a livello della parte dolorante così che gli impulsi elettrici stimolino i nervi periferici allo scopo di aumentare la soglia di percezione del dolore. La **magnetoterapia** sfrutta invece un'apparecchiatura che crea un campo elettromagnetico. Questo, inducendo una lieve corrente stimolante le terminazioni nervose, riduce la sensibilità delle fibre nocicettive che causano il dolore; aumenta anche il flusso sanguigno localizzato, con un risultato finale sedativo, rivascolarizzante e antiedemigeno. Bisogna ricordare infine che, a qualsivoglia trattamento, è necessario associare la **rieducazione posturale**, attraverso appositi esercizi, poiché spesso l'insieme delle cause che provocano il mal di schiena, oltre che comportamenti scorretti che alterano la fisiologia della colonna, è proprio lo squilibrio della postura.

*Fonte citata: (1) Oltean, H., Robbins, C., van Tulder, M. W., Berman, B. M., Bombardier, C., & Gagnier, J. J. (2014). Herbal medicine for low-back pain. Cochrane database of systematic reviews*



## SENTIRE MEGLIO? AFFIDATI A UNIAUDIO



GRUPPO DI AUDIOPROTESISTI CON 40 ANNI  
DI ESPERIENZA NELLE RIABILITAZIONI UDITIVE



PRIMO CHECK-UP PROFESSIONALE E GRATUITO



PROVA GRATUITA 1 MESE



ASSISTENZA POST-APPLICAZIONE ILLIMITATA

**CHIAMACI ALLO 045 7903025**

PER MAGGIORI INFORMAZIONI E PER PRENOTARE  
IL TUO **APPUNTAMENTO GRATUITO**.

Chiedi informazioni alle Farmacie che espongono la locandina.

# UniAudio

CENTRI PER L'UDITO

# Non siete soli

Nuovo accordo per **salvare i servizi sanitari delle zone montane.**

**Federfarma-Sunifarm** il Sindacato unitario dei farmacisti rurali e

**Uncem** l'Unione Nazionale Comuni, Comunità, Enti Montani

lottano insieme per garantire le **insostituibili prestazioni** sanitarie e sociali offerte alle popolazioni dalle **piccole farmacie.**

I **residenti** locali **non devono essere dimenticati** e abbandonati a se stessi

di Davide Calcinato

**A** iutare i comuni delle zone montane a mantenere i servizi sanitari combattendo così isolamento e spopolamento. Federfarma-Sunifar, Sindacato unitario dei farmacisti rurali e UNCEM, Unione Nazionale Comuni Comunità Enti Montani hanno siglato nei giorni scorsi un protocollo d'intesa finalizzato a **salvaguardare le popolazioni residenti nelle aree montane** con il mantenimento in vita delle piccole farmacie rurali che spesso costituiscono l'unico presidio sanitario e sociale rimasto attivo.

Il protocollo impegna le due associazioni a sollecitare interventi che promuovano la presenza di attività economiche e di servizi socio-sanitari accessibili ed efficienti nei piccoli comuni montani, per **garantire standard di vita dignitosi** ai loro abitanti tutto l'anno e non solo durante la stagio-

ne turistica.

L'accordo firmato dai presidenti nazionali del Sunifar Silvia Pagliacci, che esprime soddisfazione per la strada intrapresa, e dell'Uncem Marco Bussone, punta in particolare all'adozione di ogni possibile iniziativa per garantire nei centri montani la **presenza continuativa dell'ambulatorio medico** e mettere le piccole farmacie in condizione di continuare ad erogare il **servizio farmaceutico**, ma anche di **ampliare le prestazioni offerte sul territorio.** Saranno attivate campagne congiunte di prevenzione ed educazione alla salute su temi di stretto interesse per le popolazioni delle comunità montane, che coinvolgeranno in prima linea le farmacie.

Già a settembre è stato istituito un gruppo di lavoro interno alle due associazioni che entro tre mesi redigerà un documento

Pillole 16



con i primi atti concreti. Tra le priorità la possibilità per la farmacia di dispensare tutti i farmaci SSN, evitando che i malati e i loro familiari debbano raggiungere i nosocomi per ritirare i farmaci erogati attraverso la cosiddetta distribuzione diretta.

«La mancanza degli ambulatori dei medici di medicina generale che mette a rischio la sussistenza delle farmacie rurali dei piccoli paesi è una triste realtà che coinvolge tutta la provincia, ma si percepisce in maniera più grave nelle zone a scarsa densità abitativa come quelle montane - spiega **Matteo Vanzan** presidente del Comitato Rurale di Federfarma Verona -. Riteniamo che l'accordo tra Federfarma-Sunifar e Uncem sia quanto mai importante e speriamo decisivo per supportare i residenti che non devono essere considerati cittadini di serie B. Le **piccole farmacie** devono essere messe in grado di continuare ad **offrire servizi di prevenzione**, prestazioni di prima istanza, front office, telemedicina, come previsto dalla normativa sulla Farmacia dei servizi. Devono avere la possibilità concreta di essere punti di riferimento sul territorio in caso di emergenza (piccole medicazioni, defibrillatori) e per indirizzare il cittadino nella scelta della struttura del Servizio Sanitario Nazionale più adatta al suo problema».

«Sono molto soddisfatta dell'intesa raggiunta con UNCEM - ha dichiarato a

Federfarma Channel il presidente di Federfarma-Sunifar, **Silvia Pagliacci** -. Abbiamo condiviso l'idea che i comuni montani si stiano spopolando e quindi una strategia di intenti che ci porterà a contrastare questa desertificazione. Un protocollo che entro tre mesi porti a termine un programma d'azioni a partire dal ritorno della DPC, la Distribuzione per conto, per finire all'ampliamento di tutti i servizi offerti dalle farmacie. Collaboreremo per **valorizzare il ruolo della farmacia rurale** e salvaguardare la **vitalità delle zone montane**, che insieme rappresentano un importante patrimonio del nostro Paese».

«Siamo particolarmente onorati di firmare questo accordo - ha spiegato a Federfarma Channel **Marco Bussone**, presidente Uncem - che ci porta nel futuro e dimostra che i servizi sui territori sono possibili se stringiamo sempre di più dei **patti fra pubblica amministrazione e privati**. Le farmacie, un punto di riferimento così radicato e strutturato, non potevano che essere un partner privilegiato per dare assistenza ai cittadini».

Secondo Filodiretto la testata online di Federfarma le piccole farmacie dovrebbero avere la possibilità, inoltre, di poter guidare il cittadino nello svolgimento di pratiche burocratiche sanitarie, soprattutto se si tratta di persone anziane con difficoltà di movimento.

# Inverti la tendenza

L'**acqua** è indispensabile al buon funzionamento

del corpo umano eppure se ne beve sempre di meno.

Le farmacie di Federfarma Verona aderiscono al progetto

**“L'Acqua come alimento - Quanta acqua hai bevuto oggi?”**

promosso da Acque Veronesi in collaborazione con l'Università di Verona.

Obiettivo puntato sui giovanissimi e sulle loro famiglie per indurre a bere sano

a cura della redazione

**T**anto semplice quanto efficace, ma purtroppo bere un bicchiere d'acqua pare sia diventato una sorta di tabù. La ricerca scientifica ha, infatti, evidenziato contro ogni dubbio che bambini e adolescenti assumono poca acqua rispetto al fabbisogno corporeo per il benessere fisico e mentale dei minori. Per invertire questa deleteria tendenza è opportuno che genitori, familiari ed educatori comprendano l'importanza dell'**acqua** che è a tutti gli effetti un **alimento indispensabile** alla vita e al buon funzionamento degli organi. Le farmacie di Federfarma Verona in linea con l'Organizzazione Mondiale della Sanità che **promuove l'assunzione di acqua**, aderiscono da quest'anno ad un significativo progetto di ricerca e sensibilizzazione, che coinvolge anche le scuole della pro-

vincia, promosso da Acque Veronesi, in collaborazione con il Dipartimento di Scienze

Chirurgiche, Odontostomatologiche e Materno Infantili dell'Università degli Studi di Verona, - Clinica Pediatrica, denominato **“L'Acqua come alimento - Quanta acqua hai bevuto oggi?”**, un lavoro di indagine sul consumo dell'acqua da parte dei ragazzi in età preadolescenziale.

L'attività iniziata nel 2017 ha dato dei risultati che confermano in maniera inequivocabile la **scarsa assunzione di acqua da parte dei bambini** ed un eccessivo consumo di bevande zuccherate. Questi risultati elaborati dall'equipe del Prof. Angelo Pietrobelli e del Prof. Attilio Boner - Clinica Pediatrica - Università degli Studi di Verona - sono stati pubblicati in un **opuscolo** in distribuzione in tutte le scuole e

Pillole 18

# L'ACQUA COME "ALIMENTO"

## Effetti positivi dell'acqua sul corpo

-  Aumenta l'**energia**
-  **Protegge** il cuore
-  **Tonifica** i muscoli
-  Aiuta la **concentrazione**
-  **Lubrifica** gli occhi
-  **Rimuove** le tossine
-  **Accelera** il metabolismo
-  Migliora l'**umore**
-  Migliora **la pelle**
-  **Riduce** il gonfiore
-  **Previene** il mal di testa
-  Aiuta a **dimagrire**



“L'uso dell'acqua: valori nutrizionali e valorizzazione della sua funzione” è il progetto nato dalla collaborazione tra l'Università degli Studi di Verona e Acque Veronesi che ha visto coinvolte alcune Scuole Primarie della Città di Verona e alcuni Centri Sportivi.

Per maggiori info: [www.acqueveronesi.it](http://www.acqueveronesi.it)

sono stati creati dei **poster** che, grazie alla collaborazione con Federfarma Verona, verranno distribuiti in tutte le farmacie di Verona e dei comuni in cui opera Acque Veronesi e, grazie alla collaborazione della Federazione Italiana dei Medici Pediatri (FIMP) sezione di Verona, verranno saranno fruibili in tutti gli studi pediatrici di Verona e dei comuni serviti.

Alla luce dei risultati non certo confortanti, Acque Veronesi e il Dipartimento di Scienze Chirurgiche, Odontostomatologiche e Materno Infantili dell'Università di Verona hanno deciso di portare avanti l'ambizioso progetto di **invertire la tendenza** e creare le condizioni affinché i ragazzi, le loro famiglie e gli educatori in genere, possano comprendere come semplici gesti, quali **bere con regolarità** la corretta quantità d'acqua nell'arco della giornata ed **evitare un eccesso di zuccheri**, sia fondamentale per il benessere fisico e mentale presente e futuro di qualsiasi persona.

Per dar seguito all'indagine è stato dato l'avvio ad un progetto di **informazione e formazione** che durante quest'anno scolastico sarà proposto in tutti i **plessi scolastici** dei 77 comuni della Provincia di Verona serviti da Acque Veronesi.

Il progetto è stato sottoposto all'attenzione dal Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione dell'Azienda ULSS 9 Scaligera (SIAN) ed è stato condiviso dal Comune di Verona ottenendo anche il patrocinio dell'Ufficio Scolastico d'Ambito Territoriale di Verona.

Magari non tutte le mamme conoscono l'importanza di una **corretta idratazione** ed è altrettanto realistico pensare che solo poche chiedano ai loro bambini quando tornano a casa da scuola: «Quanta acqua hai bevuto oggi?».

Gli adulti tendono a non considerare l'acqua come un elemento fondamentale, non riconoscendo, ad esempio, quali possono essere gli effetti della **cattiva idratazione**. Si aspetta che i figli abbiano sete per dare loro da bere, trascurando il fatto che **nel bambino lo stimolo della sete è minore**

e che va anticipato, perché quando compare nel bambino, è già in corso una **“carenza” idrica**.

La scuola è senz'altro un luogo importante per fare prevenzione ed informazione in quanto fornisce la possibilità di raggiungere non solo i ragazzi, ma anche il personale della scuola, le famiglie e i membri della comunità. Essa rappresenta inoltre l'ambiente ideale per seguire nel tempo l'evoluzione della situazione nutrizionale dei bambini e per **promuoverne la salute futura**, facendo sì che quanto appreso non venga dimenticato grazie all'aiuto degli insegnanti.

«Le farmacie sono un punto sanitario di grandissimo afflusso oltretutto essere distribuite capillarmente in tutto il territorio provinciale. Per questo motivo la campagna di sensibilizzazione, che io ritengo sanitaria a tutti gli effetti, trova nella **farmacia ideale “amplificatore”** - spiega Marco Bacchini, presidente di Federfarma Verona -. L'acqua è un bene enormemente prezioso che, come sottolineano i ricercatori, è un nutrimento fondamentale per la salute del corpo umano.

Creare una **cultura dell'assunzione dell'acqua** partendo dalla più tenera età significa porre le basi per generazioni più sane. Non dobbiamo, infatti, sottovalutare il fatto che l'acqua non dà calorie e quindi rispetto alle bibite dolci e/o gasate **non ingrassa**, anzi **aiuta a far perdere peso** combattendo la tendenza all'obesità. Anche abituare le papille gustative a percepire il **sapore dell'acqua** è una scoperta per tanti giovani ormai assuefatti ai gusti forti e molto accattivanti delle tante bibite in commercio, che oltretutto incrementano anche la produzione delle bottiglie di plastica.

Un consiglio semplice per invogliare i bambini a bere sano è quello di aprire il rubinetto dell'**acqua domestica** e preparare un gustoso tè alla frutta oppure spremere nella nostra caraffa un limone ricco di vitamina C, il succo di un'arancia o di un pompelmo realizzando delle **bevande** altamente dissennanti, prive di calorie e buonissime».



Per affrontare al meglio il ritorno a scuola o in ufficio dopo le vacanze estive e ritornare alla routine quotidiana in piena forma, è fondamentale avere un **corretto stile di vita**: fare il pieno di energia con una buona e sana colazione, praticare regolare attività fisica e seguire una sana alimentazione, sono la base per mantenere i benefici delle vacanze.



Alla base del benessere cerebrale vi è certamente una sana alimentazione ricca in elementi nutrizionali soprattutto "antiossidanti" come quelli contenuti nella frutta, verdura, legumi e cereali, alimenti ricchi in aminoacidi essenziali, vitamine e minerali. Inoltre, è fondamentale un buon riposo notturno e sono molto benefici, per contrastare la stanchezza e riconquistare lucidità e sprint mentale, anche brevi momenti di "stacco" e di rilassamento con attività sportive o anche con una semplice passeggiata, per ossigenare il cervello e scaricare le tensioni. Nei casi in cui l'alimentazione non sia bilanciata o vi siano momenti di particolare intensità intellettuale, può essere utile una integrazione di elementi nutrizionali mirati.

Dalla ricerca scientifica della Nutraceutica Fisiologica Guna, nasce **Gunabrain**, integratore alimentare utile per fornire apporti nutrizionali specifici: N-Acetilcisteina (NAC) Coenzima Q10, Manganese, Selenio, Tè verde e Ginseng indiano o *Whitania somnifera* L., per sostenere l'organismo in situazioni di stress cerebrale. In particolare, Manganese e Selenio sono utili per la protezione delle cellule dallo stress ossidativo, Tè verde e Ginseng indiano in caso di stanchezza fisica e mentale. Gunabrain è coadiuvante nelle situazioni di: intenso studio o lavoro, intensa attività intellettuale, stanchezza fisica e mentale. In Gunabrain i componenti sono accuratamente selezionati e presenti in precise e bilanciate quantità per fornire un apporto nutrizionale equilibrato.



Confezione da 30 compresse deglutibili.  
Gunabrain è certificato senza glutine.

# Pace ritrovata

L'**ansia** e il **panico** sono indesiderati "compagni" che purtroppo si manifestano spesso nel corso della vita ed è molto difficile rimanere sereni quando lo **stress** ci opprime e ci sentiamo insicuri.

D'altra parte la calma non è un dono del cielo o il frutto del caso, ma va ricercata e mantenuta, anche con l'aiuto di **piante scelte**, capaci di **ripulire il nostro spazio interiore**, per fare posto alla quiete e al buon umore

di Bruno Brigo (\*)

In generale l'ansia può essere definita come uno stato emotivo con sensazione di minaccia e di pericolo imminente e indefinibile, contraddistinto dalla diminuzione o scomparsa del controllo della personalità.

Spesso l'**ansia** assume il carattere della '**crisi**', con anarchia del comportamento e compromissione totale delle funzioni cognitive (concentrazione, memoria). Si manifesta con fenomeni a livello dei vari apparati: **fenomeni cardiocircolatori** (palpitazioni, crisi di ipertensione, turbe vasomotorie); **respiratori** (fame d'aria, dispnea sospirosa, iperventilazione); **gastrointestinali** (secchezza del cavo orale, nausea, conati di vomito, diarrea); **urinari** (stimolo frequente alla minzione); **muscolari** (con-

tratture, tremori); **sensoriali** (offuscamento visivo, ronzio auricolare, capogiri).

In alcuni casi possono presentarsi **fenomeni generali** (stanchezza, disturbi del sonno, sbalzi di umore, difficoltà di concentrazione e memorizzazione, invecchiamento precoce).

Il **panico** o **trac** è una reazione emozionale acuta che si manifesta dopo uno shock intenso od uno stress brutale, oppure prima di una prova temuta (esame, test, gara sportiva, spettacolo) con obnubilamento, debolezza muscolare, tremori, disturbi visivi, diarrea. Ci si sente **incapaci di reagire**, come se si fosse paralizzati.

Ovidio, scrittore latino, osserva: '*Un naufrago ha paura anche di un mare tranquillo*'. Esperienze traumatiche del passa-

Pillole 22

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
FEDERFARMAVERONA



to possono, infatti, creare un circolo vizioso di blocco.

#### **Misure per il controllo dell'ansia**

Qui di seguito vengono proposte alcune semplici misure per il controllo dell'ansia:

- 1) Seguire un'**alimentazione** variata ed equilibrata, consumando regolarmente frutta e verdura e preferendo gli alimenti integrali.
- 2) Bere **molta acqua** ricca in magnesio, lontano dai pasti; evitare o ridurre il consumo di bevande e/o sostanze stimolanti.
- 3) Praticare un'adeguata **attività motoria quotidiana**, senza frenesia né ansia.
- 4) Rispettare **pause e riposi** e alternare lavo-

ro e riposo, veglia e sonno.

- 5) Dedicare una parte del proprio tempo libero agli **hobby**, alla lettura, alla conversazione e a pratiche di rilassamento di mente e corpo.
- 6) Contrastare lo stress, ricorrendo eventualmente all'utilizzo di **piante officinali** (Biancospino, Passiflora, Tiglio).
- 7) Concedersi adeguati periodi di **vacanza**, preferendo gli ambienti naturali.
- 8) Dormire **almeno 8 ore ogni notte** e favorire un buon sonno.
- 9) Ricorrere a **rimedi naturali specifici** per favorire calma e serenità.
- 10) Per sostituire il trattamento ansiolitico con

#### Pillole 23

**benzodiazepine** si possono utilizzare preparati a base di piante medicinali. La riduzione del trattamento ansiolitico va condotto sotto il controllo del proprio medico di fiducia.

#### **PIANTE OFFICINALI CONTRO L'ANSIA**

La fitoterapia è sempre stata un aiuto prezioso per curare il corpo e le emozioni dell'uomo. Alcune piante officinali vengono utilizzate, da sole o in associazione, sia nella prevenzione che nel trattamento di numerose condizioni alimentate dall'ansia.

##### **Biancospino**

L'estratto ottenuto dalle foglie e dai fiori di Biancospino, viene utilizzato in fitoterapia come sedativo del sistema nervoso centrale che calma l'ansia, l'angoscia, la bulimia e aiuta a ritrovare il sonno.

Il Biancospino è stato anche definito 'la valeriana del cuore', perché regola il ritmo cardiaco nei casi di palpitazioni, tachicardia, extrasistole. Agisce sul sistema cardiovascolare dilatando la muscolatura dei vasi, in particolare quelli coronarici, diminuendo la resistenza periferica (azione ipotensiva), agendo direttamente sul muscolo cardiaco, aumentandone la forza contrattile.

##### **Fiori d'Arancio**

Nella tradizione fitoterapica l'estratto ottenuto dai Fiori d'Arancio viene utilizzato per il controllo delle manifestazioni acute e croniche dell'ansia, associata alla depressione e rassegnazione, soprattutto nelle forme conseguenti a pregressi traumi psichici, emozioni negative, stress intenso, preoccupazioni e idee negative persistenti, malattie gravi, perdita di un affetto. Sono particolarmente efficaci per la loro attività decontratturante muscolare.

I Fiori di Arancio vengono anche utilizzati come complemento nel corso di trattamenti psicoterapici. Utili anche nell'ansia e nello stato di agitazione in età pediatrica e nelle manifestazioni ansiose nei periodi di cambiamento (pubertà, menopausa).

##### **Passiflora**

La Passiflora o 'fiore della passione' è una pianta officinale della famiglia delle Passifloracee, di cui si usa la parte aerea, raccolta all'epoca della fioritura oppure quando i frutti sono maturi. Nota agli Aztechi, fu importata in Europa nel XVII secolo e subito valorizzata per la sua attività sedativa ed antispasmodica. Venne detta anche 'fiore della passione' dai missionari spagnoli che evangelizzarono il Sudamerica, per gli elementi del fiore che ricordano gli strumenti della passione di Cristo.

Nel 1610 Padre Giacomo Bosio riconosce nella Passiflora il simbolo della passione di Cristo: la corona di spine nel cerchio dei filamenti floreali, i chiodi negli stili, la lancia nelle foglie, lo staffile nei viticci. La Passiflora ha un'azione sedativa, favorente il sonno, antispasmodica ed antiacida. Paris ha dimostrato che l'azione sedativa della Passiflora non è seguita da depressione. Le indicazioni principali comprendono stati di ansia, ipereccitabilità, insonnia, eretismo cardiaco, intestino irritabile, turbe della menopausa.

##### **Tiglio**

Il Tiglio è un albero longevo, alto fino a 30 metri, a tronco diritto e chioma folta, con foglie cuoriformi a margine dentato. Albero sacro presso le antiche popolazioni germaniche, il Tiglio viene utilizzato in fitoterapia per le proprietà sedative e spasmolitiche, come il tranquillante vegetale per eccellenza. Il Tiglio agisce sia sul 'primo cervello' cioè sul sistema nervoso sia sull'apparato gastrointestinale, definito dagli autori anglosassoni 'secondo cervello'. Il Tiglio è, pertanto, il fitocomplesso principe dei soggetti nervosi che tendono alle manifestazioni psico-somatiche e agli stati infiammatori a livello gastrointestinale.

\* Bruno Brigo, medico, specializzazione in Medicina Interna e Riabilitazione, autore di numerosi testi di Medicina integrata.

# SANAGOL®

## GOLA VOCE

Ispirata dall'**Erisimo**  
l'**Erba dei Cantori**

**EFFICACE** come  
una **pastiglia**  
**GRADEVOLE** come  
una **caramella**

La scelta di  
Katia Ricciarelli



*Sisymbrium  
officinale*

Integratore alimentare - 24 Pastiglie

Da settembre  
SPOT TV  
SU

LA 7

Scopri

  
**FarmAmore®**  
La tua salute, la nostra passione.  
per informazioni  
chiedi al tuo agente di zona

**Informazione per medici e farmacisti:**

tutti i prodotti Phyto Garda sono disponibili anche presso i **grossisti** di zona. Per eventuali prodotti mancanti o per conoscere il tuo **responsabile** di zona, contatta il nostro front office al numero **0456770222** oppure tramite e-mail: **info@phytogarda.it**

**Informazione per i consumatori:**

I prodotti Phyto Garda sono disponibili in tutte le farmacie e parafarmacie.

**PHYTO  
GARDA**  
Medical Line



# La farmacia italiana

Presentato lo studio **“La farmacia italiana 2018-2019”** a cura di Federfarma.

Scopo dell'indagine sulle 19.300 farmacie dell'intero territorio nazionale è aumentare la **conoscenza della farmacia** per migliorare la **qualità di vita** degli italiani

Ogni farmacista dedica una media di 2 ore al giorno alla consulenza gratuita all'utenza, mentre sono 4 milioni le persone che quotidianamente entrano nelle 19.300 farmacie italiane, con una media di 230 soggetti a farmacia. Sono solo alcuni dei dati emersi dal report “La farmacia italiana”, lo studio annuale di Federfarma che fotografa la situazione anno per anno.

Uno dei principali impegni della farmacia è rivolto alla **prevenzione** che viene curata non solo nel singolo rapporto utente/farmacista, ma anche nell'organizzazione di giornate dedicate alla prevenzione di particolari patologie (diabete, malattie cardiovascolari tra cui spicca l'ipertensione, osteoporosi), ma anche su corretti stili di vita, nutrizione, intolleranze alimentari.

Tra i vari dati emersi dall'analisi di Federfarma anche uno sguardo all'**impresa-farmacia** che vede 85mila occupati, 62.000 dei quali dipendenti con una netta prevalenza di donne (80%).

«Con questa nuova edizione della “Farmacia Italiana” confermiamo la volontà di Federfarma di **migliorare la conoscenza**, da parte delle istituzioni, della politica, degli addetti del settore, dell'opinione pubblica, delle attività svolte dalle farmacie a favore della collettività, della situazione e delle prospettive di sviluppo del servizio farmaceutico - spiega Marco Cossolo, presidente di Federfarma

nazionale -. Conoscere meglio la farmacia, infatti, significa poterla valorizzare, sfruttarne le potenzialità per andare incontro ai bisogni della popolazione, ma anche comprenderne le difficoltà e creare condizioni per favorirne lo sviluppo sempre nell'ottica di **migliorare la qualità della vita** delle persone».

Una delle sfide più impellenti per la Sanità è l'invecchiamento costante della popolazione.

«Tra le parole d'ordine oltre alla 'prevenzione' c'è l'aderenza alla terapia' - prosegue Cossolo -. La farmacia può dare un contributo notevole su questi fronti, come riconosciuto dal Piano nazionale della cronicità che dedica un capitolo specifico al ruolo

delle farmacie, con l'obiettivo di promuoverne il coinvolgimento nelle attività di educazione sanitaria e prevenzione primaria e secondaria e per l'aderenza alla terapia, secondo protocolli condivisi con specialisti e medici di medicina generale. Tale coinvolgimento è reso possibile dal fatto che le farmacie, grazie alla loro capillarità, rappresentano, insieme ai medici di medicina generale, il primo punto di accesso al SSN sul territorio ed un punto di riferimento per il malato cronico e per la sua famiglia».

La pubblicazione integrale “La farmacia italiana 2018/2019” è scaricabile dal sito di Federfarma nella sezione ‘Farmaci e Farmacie’.

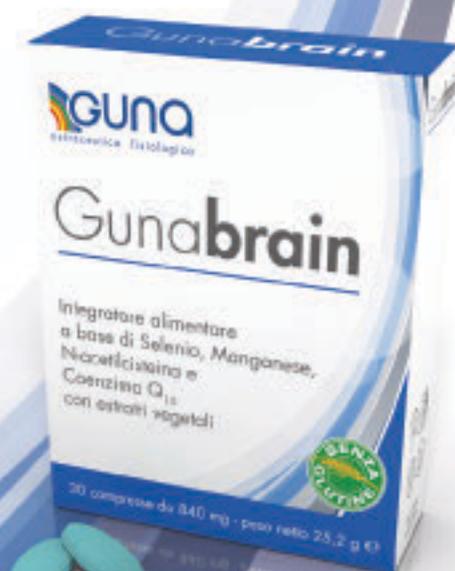


# Affaticamento mentale?

## **Gunabrain**

INTEGRATORE ALIMENTARE

Selenio, Manganese, N-acetilcisteina e  
Coenzima Q<sub>10</sub> con estratti vegetali



 Buone notizie dalla Natura e dalla Scienza 

Scopri la linea completa su [guna.it](http://guna.it)

# Influenza di stagione

In autunno si torna sempre a parlare dell'influenza stagionale.

Il **picco del contagio** è previsto mediamente a partire da dicembre ma le **vaccinazioni devono essere effettuate già dalla fine di ottobre** per poter garantire una copertura efficace.

Oms e Ministero della Salute indicano nel **vaccino la migliore arma** contro il contagio e lo consigliano a tutti i soggetti **a partire dai sei mesi di età**

di Stefano Bellini

**A**nche quest'anno puntualmente arriverà l'influenza stagionale. Le raccomandazioni e le informazioni sanitarie non sono mai abbastanza per arginare l'ondata del contagio contro la quale scendono in campo, storicamente primi fra tutti, i vaccini. Il Ministero della Salute ha emanato la composizione degli antigeni e intanto tende anche ad **allargare il target di popolazione** a cui è consigliata la vaccinazione raccomandandolo a tutti **a partire dai 6 mesi di età** (ai neonati non garantisce una protezione efficace quindi è negata l'autorizzazione alla vaccinazione) che non abbiano riscontrato particolari e specifiche controindicazioni.

Come di consueto sono le categorie dei **soggetti a rischio per età o stato di salute** nonché i **lavoratori a contatto con il grande pubblico** a godere della copertura da parte delle Asl di



appartenenza.

La lista redatta e presentata quest'anno dalle Autorità sanitarie è molto ampia e comprende tra gli altri soggetti over 65, pazienti affetti da malattie respiratorie e cardiocircolatorie, epatopatie, malattie neuromuscolari, neoplasie, diabete e molte altre ancora, ma anche pazienti in attesa di importanti interventi chirur-

Pillole 28

gici o ricoverati in strutture per lungodegenti. Da consigliare vivamente la vaccinazione antinfluenzale anche per i cosiddetti **“parental care”**, familiari, amici e operatori che stanno a stretto contatto con persone malate ad alto rischio di complicanze indipendentemente dal fatto che il soggetto sia sotto copertura vaccinale. La lista è molto lunga, ma ancora passibile dell'ulteriore giudizio degli operatori sanitari che possono ravvisare in casi particolari ulteriori soggetti a rischio.

Anche i **donatori di sangue** dovrebbero vaccinarsi contro l'influenza stagionale per evitare il rischio che il giorno della donazione possano essere infetti senza saperlo.

### I numeri della passata stagione

I dati riferiti alla stagione influenzale 2018/19 parlano di 8milioni di persone contagiate in Italia, i più colpiti sono stati i bambini fino a 4 anni, i ricoveri in terapia intensiva sono stati in tutto 809, +6% rispetto alla stagione precedente, i decessi 198 con un incremento del 14,5%. In Veneto sono stati registrati 9 decessi, due in più rispetto alla stagione influenzale 2017/18.

L'anno scorso la copertura vaccinale totale ha raggiunto in Veneto il 16% della popolazione, in linea con la media nazionale del 15,6% mentre per gli over 65 la percentuale di vaccinati è stata del 55,6% contro il 53,1 nazionale. Cifre, soprattutto, quelle relative alla popolazione anziana che molto si discostano dalle intenzioni del Ministero che auspica il raggiungimento del 75% per i gruppi target soprattutto la popolazione anziana e indica nel 95% la copertura ottimale.

### Perché vaccinarsi ogni anno

È necessario ripetere annualmente la vaccinazione antinfluenzale perché varia la composizione degli antigeni individuati dai ricercatori durante l'epidemia sviluppatasi quest'anno nell'emisfero australe in arrivo poi in quello boreale.

«Riteniamo che la vaccinazione costituisca la strategia sanitaria più efficace contro l'epidemia legata ogni anno all'influenza stagio-

## Composizione vaccini stagione 2019/20

|                                              |                                       |
|----------------------------------------------|---------------------------------------|
| A/Brisbane/02/2018 (H1N1)                    | Nuova variante                        |
| A/Kansas/14/2017 (H3N2)                      | Nuova variante                        |
| B/Colorado/06/2017<br>(lineaggio B/Victoria) | Presente anche nel<br>vaccino 2018-19 |
| B/Phuket/3073/2013<br>(lineaggio B/Yamagata) | Presente anche nel<br>vaccino 2018-19 |

nale - dichiara Marco Bacchini, presidente di Federfarma Verona -. Federfarma è in linea con il Ministero della Salute anche quando, oltre ad eseguire la vaccinazione, invita tutti a **curare molto l'igiene** e a prestare attenzione ad alcune **regole base** di comportamento per non aumentare il contagio. È molto consigliato **arieggiare** periodicamente i locali in cui si trovano molte persone, **lavarsi spesso e accuratamente le mani** con il sapone o con i gel antibatterici, quando si **starnutisce evitare di farlo verso altre persone** e sempre nascondendo il viso nell'incavo del braccio. È molto importante, soprattutto se non si è vaccinati, rimanere a casa quando si accusano i primi sintomi dell'influenza per non contagiare colleghi di lavoro e in generale tutti quelli con cui si viene a contatto quotidianamente. Ricordo, infine, che il **virus** presente nel muco infetto **vive alcune ore** (meno sui tessuti) **sulle superfici** di mobili, scrivanie, tavoli, penne, giornali (attenzione a quelli che si trovano nei locali pubblici) che possono quindi essi stessi diventare strumento di contagio».

Per chi non desidera effettuare la vaccinazione in farmacia si possono trovare prodotti omeopatici particolarmente indicati per i pazienti a cui sono sconsigliati i vaccini, che devono essere assunti con regolarità e a partire dal mese di settembre per essere efficaci. Per coloro che non godono della vaccinazione a carico del Servizio Sanitario Nazionale la prassi è di recarsi dal proprio medico di medicina generale che dopo le valutazioni del caso rilascerà una ricetta di prescrizione con la quale recarsi in farmacia per la dispensazione del farmaco.

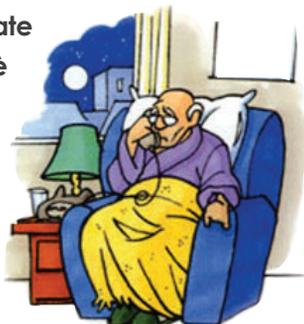
# Federfarma Verona, l'Associazione delle 244 farmacie di Verona e provincia ti offre questo servizio

## FARMACO PRONTO



L'Associazione Titolari di Farmacia della provincia di Verona sotto l'egida dell'Ordine dei Farmacisti di Verona, offre ai cittadini anziani, disabili o alle persone sole in casa un servizio gratuito di consegna domiciliare di farmaci urgenti. È un servizio di Federfarma Verona attivato tramite i Medici della Guardia medica territoriale

Se siete persone anziane o sole o disabili e vi ammalate durante le ore in cui è in funzione il Servizio di Guardia medica, chiamate il Medico in servizio presso la Guardia medica



Il Medico in servizio si recherà presso di voi per la diagnosi e la prescrizione della terapia

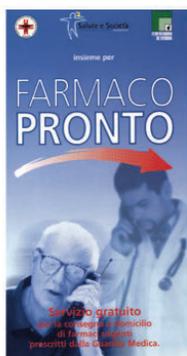


Il Medico una volta effettuata la prescrizione attiverà il servizio telefonando allo 045 509892 corrispondente a La Ronda, società incaricata da Federfarma Verona



L'operatore verrà presso il vostro domicilio per prelevare la ricetta e si recherà poi presso la Farmacia

L'operatore vi consegnerà a domicilio i farmaci prescritti senza ricevere nulla per il servizio poiché è sostenuto interamente da Federfarma Verona. Dovrete solo rimborsare il costo relativo al ticket come riportato nello scontrino rilasciato dal Farmacista



Consegna a domicilio  
**FARMACI URGENTI**  
Il servizio è gratuito  
**045 509892**



# Sintomi Influenzali

## Prepariamoci da adesso!

### Scegli l'omeopatia!



**Quest'anno hai già pensato a proteggerti dai sintomi delle malattie da raffreddamento?**

Ci sono medicinali omeopatici che possono aiutare a proteggere l'organismo dai sintomi influenzali. Sono medicinali utilizzati con soddisfazione in tutto il mondo, da milioni di persone e, grazie alla loro specificità omeopatica, sono indicati per adulti, bambini e anziani. Sono semplici da usare, pratici e generalmente privi di effetti collaterali.

**Chiedi consiglio al tuo Medico e al tuo Farmacista, sapranno prescriverti e consigliarti un medicinale omeopatico adatto ai tuoi sintomi.**

**BOIRON®**

[www.boiron.it](http://www.boiron.it)

# Più *performance*

Paziente più tutelato e servito grazie al nuovo accordo regionale che interessa i **pazienti in cura con particolari farmaci** e l'intera popolazione che intende **prenotare in farmacia visite mediche** ed **esami in convezione**. In tutte le farmacie venete sarà possibile accedere ai farmaci in oggetto grazie all'accordo regionale sulla cosiddetta **Distribuzione per conto**.

Esteso anche il servizio "**Farmacup**" testato da anni grazie alla sperimentazione attuata presso le farmacie dell'ex Ulss 20

di Arianna Capri - farmacista

**Q**uest'estate è entrato in vigore il nuovo accordo regionale per la distribuzione tramite le farmacie pubbliche e private convenzionate dei farmaci per conto delle aziende Asl. A ciò si aggiunge un miglioramento dei servizi all'utenza mediante la partecipazione delle farmacie all'erogazione dei servizi di prenotazione CUP web messi a disposizione dalle aziende sanitarie.

Questo accordo, datato 1° agosto 2019, definisce quello che si suole chiamare **DPC** cioè la distribuzione per conto dei farmaci e "**Farmacup**" ovvero servizio di prenotazione presso le farmacie del territorio di visite ed esami in convezione.

Cerchiamo di capire cosa cambierà ai fini pratici nel quotidiano per il cittadino. Innanzitutto tale servizio è reso disponibile per tutti i pazienti veneti, e come ad oggi, presso tutte le farmacie regionali sarà possibile ottenere il servizio

per i farmaci in distribuzione per conto. Va poi specificato che grazie a questo rinnovato accordo **la gamma dei farmaci** distribuiti con tale modalità **sarà ampliata** dando la possibilità di accedere a quei farmaci prima esclusivamente gestiti a livello specialistico ed ospedaliero anche presso la farmacia più vicina alla propria residenza con un ritiro contingentato del farmaco necessario, prescritto dal proprio medico di medicina generale.

Ma qual è la sostanziale differenza per la farmacia tra la dispensazione di questi farmaci e quella dei restanti farmaci dispensati quotidianamente in regime di rimborso su ricetta SSN? Ebbene, come detto, questi sono **farmaci molto particolari** perlopiù specialistici che la farmacia dispensa con il riconoscimento di un servizio da parte dell'istituzione, non è un ruolo commerciale accanto al fondamentale servizio professionale, bensì vi è il riconoscimento di un servizio di

prossimità necessario e fondamentale, per il cittadino paziente.

Si evince facilmente come **farmaci innovativi altamente tecnologici** gestiti da prescrizioni specialistiche possano così **raggiungere il paziente in tempi davvero ridotti** grazie alla territorialità delle farmacie e al servizio professionale che queste sono in grado di erogare quotidianamente. I tempi che già oggi caratterizzano il servizio DPC sono, infatti, davvero brevi: da quando il cittadino consegna la ricetta di richiesta redatta dal medico di medicina generale al farmacista mediamente **nell'arco di 48 ore** il farmaco sarà ritirabile presso la stessa farmacia. È particolarmente interessante considerare come pazienti limitati nella possibilità di spostamento o residenti in territori isolati ricevano il beneficio di rapido accesso alle cure in modo molto performante.

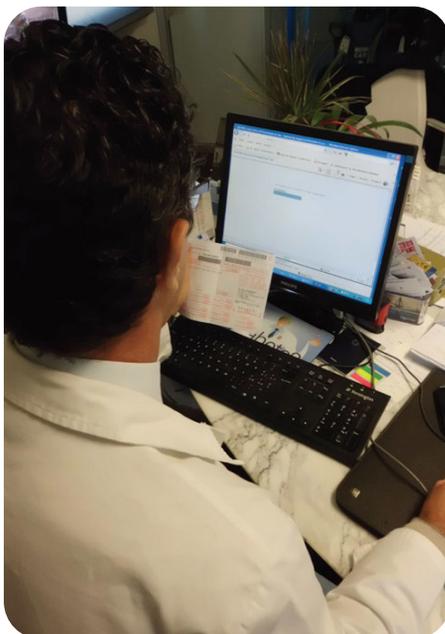
La Regione Veneto inoltre, prima fra tutte, ha scelto di distribuire ad esempio i sistemi per il **monitoraggio transcutaneo della glicemia** ai pazienti diabetici con questo sistema e i dati raccolti dimostrano come la continuità e l'aderenza terapeutica rispondano in modo significativamente positivo a tale scelta strategico operativa che le farmacie supportano.

Un altro aspetto importante di tale rinnovato accordo regionale è la confermata distribuzione da parte della struttura ospedaliera specialistica di quelle che sono le terapie necessarie al paziente in dimissione, specie nei giorni prefestivi e festivi, con il rimando al medico di medicina generale per i piani di cura che poi proseguono.

Anche per quanto riguarda le **nuove terapie** prescritte il paziente sarà dotato dalla struttura di un periodo di terapia farmacologica mai superiore ai 30 giorni affinché possa essere supportato nell'utilizzo, nella dispensazione e nell'aderenza alla terapia dal binomio essenziale medico di medicina generale- farmacista territoriale.

L'accordo entrato in vigore il primo agosto è unico e include anche il servizio definito **"Farmacup"** che viene siglato oltre che dalla Regione stessa anche dei singoli direttori delle

Aziende sanitarie provinciali. Per la Asl 9 Scaligera è in via di definizione con le farmacie aderenti a Federfarma Verona una modalità ampliata all'intero territorio provinciale di accesso informatizzato al **servizio di prenotazione presso le farmacie**, che includa le diverse agende di prenotazione di visite esami in convenzione con l'Asl non ché al **ritiro dei referti in farmacia**, relativi alle prestazioni già effettuate, qualora non sia necessaria la consegna di un CD. Sarà quindi possibile in ciascuna delle farmacie attive **richiedere un esame o una visita con la richiesta del proprio medico** di medicina generale, prenotarla per poi effettuarla in uno dei distretti oppure in una delle strutture convenzionate, eventualmente **modificare la propria prenotazione o disdettarla nella farmacia** dove si sia usufruito del servizio. Il servizio di prenotazione "Farmacup" sarà a carico dell'Azienda sanitaria, mentre il servizio di ritiro referti resta, come ad oggi nelle farmacie già operative, a carico del paziente. Federfarma Verona,



infatti, porta avanti da alcuni anni **una sperimentazione del servizio "Farmacup"** al cittadino nella maggior parte delle farmacie che rientravano nell'ex Asl 20 del comune di Verona e di altri comuni limitrofi, ma a breve, non appena sarà definito il nuovo accordo attivo per l'intera provincia, tutte le farmacie saranno in grado di scegliere di poter offrire questo servizio al cittadino. Ancora una volta così come per **servizi di prossimità** offerti quotidianamente, ad esempio la misurazione di parametri ematici, la glicemia, il colesterolo oppure l'elettrocardiogramma (Ecg) che molte farmacie sono in grado di effettuare, la farmacia si rivela punto fondamentale di riferimento per la salute del cittadino.

È la risposta sempre fruibile per la dispensazione, il corretto utilizzo e la razionalizzazione quotidiana del consumo dei farmaci nonché strumento prioritario del **controllo della spesa farmaceutica** regionale affinché questa possa essere messa a disposizione razionalmente secondo tangibili reali esigenze, misurate tutti i giorni dalla farmacia, in ogni ambito della nostra provincia e del nostro territorio.

# Cuore di bimbi

La **salute cardiovascolare** va preservata fin dalla più tenera età.

La Società Italiana di Pediatria individua numerosi **fattori di rischio** tra cui

**sovrappeso, ipertensione, sedentarietà, alterazioni del sonno.**

Molto pericoloso anche il **fumo passivo**, quando gli adulti fumano in prossimità dei bambini, ma anche quello invisibile di **“terza mano”**.

Basta seguire **5 regole salvacuore** per un'efficace **prevenzione** con massima attenzione ai **primi dieci anni di vita** del bambino

a cura della Redazione

---

**L**e malattie cardiovascolari, che rappresentano la prima causa di morte e di spesa sanitaria nelle società avanzate, si manifestano in età adulta, ma affondano le radici nell'infanzia.

«I processi di alterazione vascolare, che sono la premessa delle patologie cardiovascolari fino a infarto e ictus, iniziano nei **primi 10 anni di vita** - spiega Gianni Bona, esperto della SIP la Società Italiana di Pediatria già ordinario di Pediatria, Università del Piemonte Orientale -». In qualche modo il decadimento delle arterie comincia dal primo giorno di vita e interessa tutti: quello che cambia è la velocità con cui questi processi avvengono nelle diverse persone».

Diversi fattori di rischio che favoriscono la comparsa delle malattie cardiovascolari

possono essere già presenti e attivi in età pediatrica. Tra questi il più importante è l'epidemia di **sovrappeso** e l'**obesità** (in Italia circa il 21% dei bambini tra 6-10 anni è in sovrappeso e il 9% è obeso). L'eccesso di peso ha contribuito anche a rendere frequenti in età pediatrica alcune alterazioni un tempo ritenute rare nel bambino: basti pensare che l'ipertensione arteriosa riguarda il 4% dei bambini tra 6 e 16 anni (ben il 24% dei bambini obesi) mentre la prevalenza di ipercolesterolemia è stimata attorno al 7% nella fascia 6-19 anni. Queste condizioni, più comuni nei bambini obesi, sono comunque riscontrabili anche in quelli di peso normale.

«È fondamentale che la prevenzione delle malattie cardiovascolari cominci nell'infanzia attraverso **stili di vita e di alimentazione**

Pillole 34



**corretti** fin dalla più tenera età - spiega Claudio Maffeis, esperto SIP per la nutrizione e professore di Pediatria dell'Università di Verona -. Il tipo e la modalità di allattamento e di svezzamento e le abitudini trasmesse dai familiari nell'età prescolare giocano un ruolo di rilievo sulla salute nel lungo termine». Non meno importante è monitorare la pressione già in età pediatrica.

«L'ipertensione arteriosa è una condizione che riguarda più del 20% degli adulti ed oltre a essere uno dei principali fattori di rischio di eventi vascolari è la prima causa di insufficienza renale cronica che necessita di terapia sostitutiva in età adulta. Individuare i bambini che diventeranno ipertesi in età

adulta e correggere il loro stile di vita è compito del pediatra di famiglia - sostiene Silvio Maringhini, segretario del Gruppo di Studio Ipertensione Arteriosa e Rischio Cardiovascolare della Società Italiana di Pediatria, già Presidente della Società Italiana di Nefrologia Pediatrica -».

Proprio per favorire una precoce prevenzione il Gruppo di Studio ha realizzato, primo nel suo genere, il "Manuale sul Rischio Cardiovascolare in Età Pediatrica e Adolescenziale" con il contributo della Società Italiana di Endocrinologia e Diabetologia Pediatrica.

«Il manuale trae origine dalla consapevolezza che il pediatra è determinante non solo

## Pillole 35

per la salute dei neonati, dei bambini e dei ragazzi, ma anche per il benessere degli adulti e addirittura degli anziani - spiega il presidente della Società Italiana di Pediatria Alberto Villani -. È importante quindi conoscere bene il **rischio cardiovascolare in età pediatrica e adolescenziale**, saperlo identificare e valutare, in modo da intervenire, se necessario, con un adeguato trattamento e evitare le possibili conseguenze in età adulta».

«Il pediatra di famiglia, grazie al suo rapporto continuativo con le famiglie, può essere una risorsa strategica per la prevenzione delle malattie non trasmissibili - affermano Marco Giussani e Paolo Brambilla, Pediatri di Famiglia e coautori del Manuale - contribuendo alla salute degli adulti di domani ma anche a una maggiore sostenibilità del Sistema Sanitario Nazionale».

## I 10 NEMICI DEL CUORE DEI BAMBINI

**Ereditarietà** Da uno studio effettuato dai ricercatori del "Karolinska Institute" di Stoccolma emerge che per un soggetto maschio il rischio di cardiopatia coronarica aumenta del 55% quando ne è stata affetta la madre e del 41% quando lo è stato il padre.

Il rischio raddoppia se sono stati interessati entrambi i genitori. Anche per le femmine il rischio aumenta del 43% e del 17% se sono stati interessati rispettivamente la madre o il padre e dell'82% se entrambi i genitori.

La storia familiare può permettere di individuare i soggetti a maggior rischio e consentire precoci interventi di prevenzione.

### **Peso alla nascita e nei primi mesi di vita**

Un basso peso alla nascita (minore del terzo percentile) e un elevato peso alla nascita (maggiore del 97° percentile), così come un eccessivo accrescimento ponderale nei primi mesi di vita sono stati messi in relazione con il rischio di obesità,

di ipertensione e di alterazioni cardiovascolari a distanza.

### **Sovrappeso e obesità**

L'eccesso ponderale è il più conosciuto fattore di rischio, già a partire dall'età pediatrica, per lo sviluppo di malattie cronico degenerative coronariche prime fra tutte quelle cardiovascolari. Il semplice aumento della massa grassa sembra essere un fattore di rischio indipendente, al quale si associano spesso altri fattori meno considerati in età evolutiva, come ipertensione arteriosa, aumento di colesterolo e trigliceridi circolanti o steatosi epatica.

### **Fumo passivo e di "terza mano"**

L'OMS stima che il 10% delle patologie cardiovascolari sia causato principalmente dal fumo di tabacco. Recenti evidenze hanno messo in luce che se i genitori fumano i bambini hanno un maggior rischio di eventi cardiovascolari in età adulta. A essere incriminato, infatti, non è solo il fumo passivo, ma anche quello di "terza mano", ossia quello che si deposita su mobili, pareti, vestiti e che, a contatto con i gas dell'aria, sprigiona sostanze tossiche che rimangono nell'ambiente anche per mesi.

### **Sedentarietà**

Sia la sedentarietà (ossia le ore trascorse in attività a basso dispendio energetico come guardare la tv, o computer e smartphone) sia la ridotta attività fisica (scarso tempo dedicato ad attività sportiva) in età pediatrica sono associate al rischio cardiovascolare in età adulta. Numerosi studi hanno messo in evidenza che l'attività fisica in età pediatrica ha un ruolo preventivo sull'ipertensione e arteriosa sui valori glicemici in età adulta e ciò indipendentemente dall'età, dal sesso e persino dall'adiposità: un bambino in sovrappeso con buon livello di attività fisica presenta indici di rischio comparabili o addirittura migliori di quelli di

un bambino normo-peso ma sedentario!

### **Ipertensione**

Negli ultimi anni la prevalenza di pressione alta e ipertensione arteriosa in età pediatrica è in aumento, e riguarda in particolare i bambini in sovrappeso o obesi, ma non solo.

Numerosi studi hanno evidenziato una correlazione tra valori pressori elevati in età pediatrica e alterazioni a carico del ventricolo sinistro già in età pediatrica, inoltre i bambini con valori di pressione arteriosa più elevati possono diventare ipertesi in età adulta.

La diagnosi precoce dell'ipertensione arteriosa consente di impostare un tempestivo trattamento. Le modifiche dello stile di vita (attività fisica, dieta povera di sale) sono in grado di modificare i valori pressori anche senza terapia farmacologica.

### **Alterazioni del sonno**

Il sonno è un bisogno primario che qualora risulti alterato anche in età pediatrica può avere un impatto sul benessere generale. Sono sempre più evidenti le correlazioni tra alterazioni del sonno e obesità, ipertensione arteriosa (soprattutto negli adolescenti obesi) e rischio cardiovascolare anche in età pediatrica.

Le statistiche mondiali e italiane evidenziano come il 27% dei bambini in età scolare e il 45% degli adolescenti dormono meno rispetto a quanto raccomandato per la loro età dalle principali società scientifiche. Le motivazioni sono diverse ma per l'80% dei casi sono legate a stili di vita scorretti sin dall'infanzia che includono un'alimentazione non bilanciata, l'esposizione eccessiva a dispositivi luminosi nelle ore serali e la ridotta attività fisica. Importante per pediatri e genitori fare attenzione alle abitudini del sonno e cor-

## **LE 5 REGOLE SALVACUORE SIN DALLA PIU' TENERA ETA'**

- 1) **Misurare la pressione arteriosa** nel corso dei bilanci di salute sin dai 3 anni di età
- 2) **Ridurre l'apporto di sale nella dieta**, ma anche il consumo di fruttosio contenuto in particolare nelle bevande zuccherate (soft drink, the zuccherati, succhi di frutta)
- 3) Incentivare l'abitudine a una **prima colazione completa** che rappresenti almeno il 20-25% delle calorie giornaliere, favorire l'utilizzo degli alimenti integrali e delle farine poco raffinate, che sono ricchi di fibre, meno assorbibili dall'intestino e producono una minore elevazione della glicemia
- 4) Far praticare ai bambini **regolare attività fisica** (almeno 60 minuti al giorno di tipo vigoroso o forte da 5 a 17 anni, come consiglia l'Accademia Americana di Pediatria), favorire gli spostamenti a piedi e ridurre le attività sedentarie nel tempo libero
- 5) Favorire un tempo di **sonno adeguato** all'età di ogni bambino

reggerle, per prevenire complicanze nelle epoche successive.

### **Fruttosio**

Un eccessivo uso di fruttosio (contenuto nelle bevande zuccherate, the e nettari di frutta compresi) è nemico della salute. L'apporto calorico degli zuccheri semplici non dovrebbe superare il 10-15% delle calorie totali, ma queste sono ampiamente superate a tutte le età, persino tra molti bambini nel secondo semestre di vita. Oltre a contribuire al sovrappeso, il consumo reiterato e continuativo di fruttosio sembra responsabile di un innalzamento dell'acido urico, soprattutto in soggetti predisposti, che è correlato con elevati valori di pressione arteriosa e rischio cardiovascolare.

### **Malattie croniche**

I bambini affetti da alcune malattie croniche (cardiopatie, endocrinopatie, nefropatie, ecc.) sono a maggiore rischio di sviluppare malattie cardiovascolari, a tal proposito si consiglia di fare riferimento ai centri che seguono il bambino per la protezione adeguata.

### **Farmaci**

Alcuni farmaci (glucocorticoidi, immunosoppressori, estroprogestinici, diuretici, ecc.) possono comportare un aumentato rischio cardiovascolare. Anche in tal caso si consiglia di fare riferimento ai centri che seguono il bambino per la protezione adeguata.

# Farmacia prestigiosa

I dati dello studio osservazionale sulla **fibrillazione atriale negli over 50** promosso da **Federfarma Verona** è stato pubblicato sulla rivista scientifica **“High Blood Pressure & Cardiovascular Prevention”**.

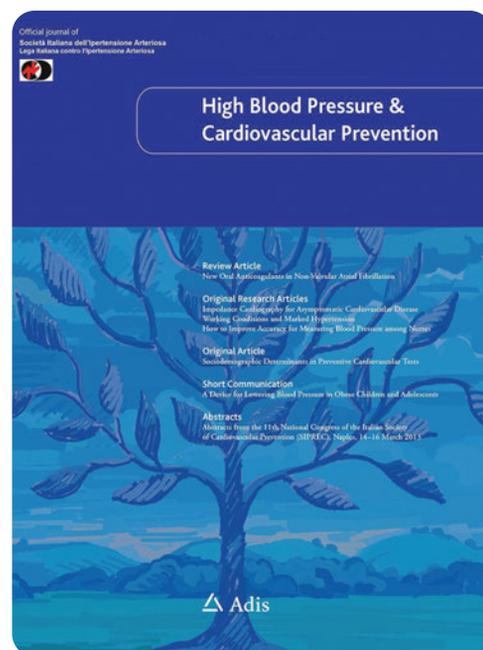
Si tratta di un prestigioso riconoscimento che pone le farmacie in primo piano ora anche nel settore della **ricerca clinica**.

Prof. Pietro Minuz: «La **farmacia è uno dei cardini sui quali poggia la salute dei cittadini** sia nella **prevenzione** che nel **trattamento delle malattie**»

a cura della redazione

**U**no studio scientifico tutto veronese pubblicato sulla prestigiosa rivista *“High Blood Pressure & Cardiovascular Prevention”* per il suo alto valore nell'ambito della ricerca sulle patologie cardiovascolari. **“Il contributo della Farmacia italiana e dei Medici di Medicina Generale alla prevenzione all'ictus - Lo screening della fibrillazione atriale in farmacia: studio osservazionale”** condotto nelle farmacie della provincia di Verona e focalizzato sui soggetti over 50 si poneva due obiettivi principali: individuare coloro che non sanno di

essere a rischio di F.A. (fibrillazione atriale) ed incrementare contemporaneamente la ricerca nell'ambito di questa patologia subdola perché spesso asintomatica. La **fibrillazione atriale è un'alterazione del battito cardiaco** che si manifesta con maggiore frequenza nelle fasce d'età più avanzate e rappresenta un problema sanitario molto rilevante poiché può essere responsabile della formazione di emboli che sono causa di ictus. Lo studio osservazionale, promosso da Federfarma Verona che ha visto la collaborazione, oltre al promotore



Pillole 38

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMA/VERONA**

re, dell'Unità Operativa Complessa di Medicina Generale per lo Studio e il Trattamento della Malattia Iperensiva dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona e di medici di Medicina Generale del Veronese, con il coinvolgimento del Pronto Soccorso dell'area, ha portato a conclusioni significative per la salute della popolazione. La **complessa elaborazione dei dati**, emersi dalle misurazioni effettuate in **74 farmacie di tutta la provincia di Verona** aderenti a Federfarma tra l'inizio di maggio e la fine di dicembre 2016 su **3.008 soggetti**, era stata resa nota nel febbraio del 2018. La strumentazione che segnala le alterazioni del polso indicative di una possibile presenza di Fibrillazione Atriale aveva portato al riconoscimento di **55 pazienti (1,8%)**. Il dato proiettato sulla popolazione veronese suggeriva che potrebbero esserci attualmente 16.000 persone ignare di poter essere a rischio di ictus perché affette da F.A. e che dovrebbero quindi assumere da subito e costantemente terapie antitrombotiche.

È stato evidenziato che gli apparecchi automatici in grado di rilevare la possibile presenza di fibrillazione atriale oltreché di immediato utilizzo sono realmente utili (esattamente come avviene in farmacia), mentre la diagnosi della patologia deve essere successivamente effettuata tramite elettrocardiogramma dal medico o in una struttura ospedaliera. Un altro dato significativo emerso dallo Studio Osservazionale è la conferma che **le farmacie sono il luogo adatto** per effettuare sulla popolazione **screening della F.A.** nell'ottica della **prevenzione** e della **salute pubblica** nonché del risparmio per il Servizio Sanitario Nazionale, infine che i pazienti scompensati di cuore e con precedenti cerebrovascolari devono essere monitorati per l'eventuale presenza di aritmia fibrillante. Lo Studio godeva del patrocinio dell'Ordine dei farmacisti della provincia di Verona, dell'Ordine dei Medici Chirurghi e Odontoiatri di Verona e della Società Italiana dell'ipertensione arteriosa (SIIA).

«Lo studio ora pubblicato, promosso da Federfarma Verona e condotto dal presidente Marco Bacchini che è di fatto il primo autore (principal investigator), con l'attiva partecipazione dei farmacisti aderenti a Federfarma Verona, è rilevante sotto molti aspetti - spiega il prof. Pietro Minuz, direttore dell'UOC di Medicina Generale indirizzata allo studio e

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMAVERONA**



**Farmacia aderente  
allo SCREENING  
della FIBRILLAZIONE  
ATRIALE  
e PREVENZIONE  
ICTUS**

**Per le persone  
Al di sopra dei  
50 anni**

**Attraverso il controllo gratuito  
della PRESSIONE e della FIBRILLAZIONE ATRIALE  
con la tecnologia Microlife AFIB.**

In collaborazione con:



Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata  
Dipartimento ad Attività Integrata Medico Generale  
Unità Operativa Complessa di medicina Generale  
per lo Studio e il trattamento della Malattia Iperensiva  
Direttore Prof. Pietro Minuz



FIMMG VERONA  
Federazione Italiana Medici di Medicina Generale

Con il patrocinio di:



Ordine dei Medici Chirurghi e Odontoiatri di  
Verona



Ordine dei Farmacisti  
della Provincia di Verona



Società Italiana dell'ipertensione Arteriosa  
Legge Italiana contro l'ipertensione Arteriosa  
Sezione Interregionale Triveneto

Campagna realizzata grazie al contributo incondizionato di:

**microlife**  
Un partner per la gente. Per la vita.

alla diagnostica della malattia ipertensiva AOUI -. In particolare dimostra il **contributo che i farmacisti possono offrire alla ricerca clinica** e conferma che la **farmacia** rappresenta uno dei **cardini sui quali poggia la salute dei cittadini**, sia nella prevenzione che nel trattamento delle malattie».

«Esprimo grande soddisfazione per questa prestigiosa pubblicazione perché si tratta di uno dei pochi studi scientifici effettuati con il coinvolgimento delle farmacie riconosciute a livello internazionale - spiega Marco Bacchini, presidente di Federfarma Verona -. La strada percorsa da Federfarma Verona anche in questo caso dimostra quanto la farmacia sia parte integrante del Servizio Sanitario Nazionale e costituisca un anello fondamentale della prevenzione e della gestione della malattia in sinergia con le altre figure professionali della Sanità».

**Pillole 39**

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMAVERONA**

# Linea diretta con la Regione Veneto

La Giunta della Regione Veneto ha deciso di eliminare il **ticket nazionale** in favore delle **fasce più deboli**.

Ma il Governatore Zaia va oltre: «L'obiettivo è che sparisca anche per i redditi sopra i 29.000 euro»

in collaborazione con l'Ufficio Stampa della Regione Veneto



## Dal 1° gennaio abolito il **superticket nazionale** per redditi sotto i 29mila euro

Nella sanità veneta, a partire dal primo gennaio 2020, sarà abolito il "superticket" nazionale sulla prestazioni specialistiche ambulatoriali, introdotto nel 2011, per tutte le persone economicamente vulnerabili, con un reddito inferiore a 29 mila euro annui.

Lo ha deciso la Giunta regionale, nella sua ultima seduta prima della pausa estiva su proposta dell'assessore alla Sanità Manuela Lanzarin.

La decisione è stata resa possibile dal riparto tra le Regioni italiane di una somma complessiva di 60 milioni di euro, dei quali 6 milioni 879 mila 302 sono andati al Veneto.

«È una prima vittoria del buon senso dopo otto anni di battaglie. Sono gli unici tagli che si fanno alla sanità veneta e che ci piacciono - fa notare il presidente Luca Zaia - contro un balzello che ritenemmo iniquo fin da subito, arrivando a ricorrere alla Corte Costituzionale contro un provvedimento pur assunto da un Governo amico come quello presieduto da Berlusconi.

Alla Consulta fummo sconfitti, ma riuscimmo a rimodulare il ticket per venire incontro alle fasce più deboli, lasciando i 10 euro a chi aveva un reddito superiore a 29 mila euro e scendendo a 5 per i reddi-

ti al di sotto di questa soglia. Parlo di prima vittoria perché non staremo fermi finché non sarà possibile abolire l'intero superticket per tutti. Ne abbiamo pieno diritto, perché siamo il Veneto che non applica ticket regionali ai cittadini, riuscendo lo stesso a tenere i conti in perfetto ordine».

«La scelta di rimodulare il ticket nazionale tagliandolo a 5 euro per i meno abbienti - aggiunge l'Assessore Lanzarin - fu coraggiosa ed equa allora ed è vincente adesso, perché l'erogazione del fondo nazionale di 60 milioni è subordinata alla concreta attivazione da parte delle Regioni di misure volte a ridurre l'onere della quota sulle categorie vulnerabili. Noi l'abbiamo fatto e tra pochi mesi potremo togliere questo balzello che fu a dir poco ingiusto. Abbiamo sempre sostenuto che quel ticket era nazionale e che sarebbe toccato al Governo nazionale trovare le risorse per toglierlo.

La decisione di questo riparto, dopo tanto tempo, ci dà ragione. È un fondo annuale, con il quale, per ora, toglieremo il ticket fino al 31 dicembre 2020. Ma i veneti meno abbienti possono stare tranquilli: quel balzello non tornerà. Anzi, dovrà sparire anche al di sopra dei 29 mila euro».

Pillole 40

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
FEDERFARMAVERONA



**la ronda**<sup>®</sup>  
SERVIZI DI VIGILANZA



SCONTO

**15%**

sui servizi  
di vigilanza

OFFERTA DEDICATA AI LETTORI DI "PILLOLE"

## LA SICUREZZA PER LA TUA CASA E LA TUA ATTIVITÀ COSTA MENO DI QUELLO CHE PENSI

Affidati a la Ronda, il primo  
istituto di vigilanza di Verona, per servizi di:

- Teleallarme
- Videosorveglianza
- Pronto intervento
- Impianti d'allarme
- Vigilanza ispettiva
- Piantonamenti

Chiamaci per scoprire  
le offerte dedicate

**045 8292514**

La Ronda  
Servizi di Vigilanza  
è partner di  
Federfarma Verona  
nel progetto  
"Farmaco Pronto"

La Ronda Servizi di Vigilanza Spa  
Via Ciro Ferrari, 5 - 37135 Verona  
Tel. 045 8292514  
Email: [info@larondavigilanza.net](mailto:info@larondavigilanza.net)  
[www.larondavigilanza.net](http://www.larondavigilanza.net)





# Salute Bambini

## Affare serio

Per i bambini **giocare** è divertimento immediato, ma anche un passaggio fondamentale per la **formazione armonica della personalità** e dei **rapporti umani**

**P**er i bambini il gioco è una questione molto seria e gli adulti non solo devono promuoverlo, ma considerarlo nella sua accezione più alta e complessa perché necessario all'armonica formazione della personalità.

Il gioco è tanto importante e necessario da poter essere paragonato, come impegno, all'attività lavorativa dell'adulto. Solo più tardi, una volta che il piccolo assocerà una qualsiasi attività ad una ricompensa inizierà a comprendere il beneficio a lungo termine. È l'effetto dello **sviluppo delle abilità cognitive** che consentono di vedere il legame tra la causa e l'effetto, nonché in prospettiva.

Le attività ludiche a cui i bambini si dedicano si modificano nel tempo con il loro sviluppo intellettuale e psicologico, ma rimangono un aspetto fondamentale della vita di ogni individuo, in tutte le fasce d'età. Il gioco è significativo per lo **sviluppo intellettuale**, perché il bimbo, quando gioca, sorprende se stesso e nella sorpresa acquisisce nuove modalità per entrare in relazione con il mondo esterno. Nel gioco il bambino sviluppa le proprie **potenzialità intellettive, affettive e relazionali**. A seconda dell'età, il bambino nel giocare impara ad **essere creativo**, sperimenta le sue capacità cognitive, **scopre se stesso**, entra in **relazione con i suoi coetanei**, sviluppando quindi l'intera personalità.

Il **mondo del gioco è una riproduzione della realtà** che gli consente di capire come funzionano le cose: quello che si può fare o non si può fare sia con gli oggetti che con gli esseri viventi, comincia a sperimentare che alcune cose accadono per caso (probabilità). L'esperienza ludica è positiva perché induce a **provare e riprovare** stimo-

lando la **perseveranza** e la **fiducia nelle proprie capacità** pratiche, ma sviluppa anche il mondo interiore infantile. Il bambino "costruisce" via via attraverso il gioco il proprio **carattere**, manifesta quello che prova, non sempre a parole, ma con i gesti. Il gioco favorisce lo **sviluppo affettivo, cognitivo e sociale** ed è per questo che gli adulti devono porvi grande attenzione. Perché cercare di valutare il comportamento dei bambini, attraverso il gioco deve coinvolgere in prima persona sia i genitori che gli educatori, non solo gli studiosi.

**Dedicare tempo** alle attività ludiche dei figli è doveroso per dare loro l'opportunità di misurare e sviluppare le proprie risorse e le proprie potenzialità. E si sa che i bambini amano molto quando i "grandi" si dedicano a loro partecipando alle diverse attività sia a casa che fuori. In questo modo oltretutto si rafforza il **legame genitore-figlio** a tutto vantaggio di un sano e completo rapporto nell'**età adulta**. Nell'uomo e nella donna di domani rimarrà, infatti, una traccia indelebile di quell'attenzione, di quel senso di approvazione e protezione dimostrati dall'adulto quando il bambino ne aveva più bisogno. La capacità dei genitori di giocare con i propri figli è sicuramente un buon indice di **armonia familiare**, così come molto positiva e formativa è la stessa capacità dimostrata dagli **educatori**.

Oggi tutti i documenti internazionali di tutela dell'infanzia sostengono il **diritto al gioco del bambino** che viene proclamato come bisogno prevalente e vitale dell'infanzia, motivato da esigenze e implicazioni di ordine fisiologico, psichico, spirituale e sociale e basato sul riconoscimento della pienezza umana in ogni fase della vita.





# Salute Anziani

## Notizie utili

Indagine sugli **ausili per l'incontinenza**. Si deve aumentare l'informazione perché molti non conoscono il **percorso diagnostico terapeutico assistenziale (PDTA)**

**A**ppropriatezza prescrittiva: è questa la parola chiave in tema di presidi sanitari assorbenti utilizzati per affrontare la **patologia dell'incontinenza**. È quanto emerge da un'indagine realizzata da **Senior Italia FederAnziani** presso i suoi aderenti: le persone incontinenti non sono tutte uguali e hanno bisogni differenti, ragione per cui è opportuno fornire gli ausili appropriati secondo lo specifico livello d'incontinenza.

L'unico metodo oggettivo, validato scientificamente, in grado di correlare il livello delle perdite con l'ausilio assorbente è considerato il **PadTest** (peso del pannolino dopo l'uso proprio per identificare la reale entità delle perdite). In assenza di tale metodo è opportuno l'utilizzo di un **questionario** (tratto dal questionario dell'**ICS International Continence Society**) per la giusta prescrizione, fatto da personale infermieristico professionale, in grado di dare come output il livello di incontinenza riscontrato con ausili rispondenti al bisogno di assorbimento. Più in dettaglio, i questionari sono stati distribuiti a una popolazione ultrasessantenne (**1.216 senior**), fatta di pazienti incontinenti distribuiti sul territorio nazionale (38% dei rispondenti erano del Sud, 41% del Centro e 21% del Nord Italia).

I primi risultati evidenziano che non tutte le persone incontinenti ricevono gli **ausili dalla propria Asl** (65% dei casi) e i due terzi dei rispondenti (**66%**) **non conosce il percorso diagnostico terapeutico assistenziale (PDTA)** relativo alla patologia delle perdite urinarie. Ciò dimostra come le persone ricercano "altra qualità" rispetto a quel-

la fornita dalla propria Asl e allo stesso tempo manifestano un bisogno di avere maggiore chiarezza, semplicità e universalismo nella definizione del percorso diagnostico nella gestione della patologia dell'incontinenza.

Poste di fronte all'opportunità di scegliere, le persone incontinenti hanno manifestato una evidente preferenza della **libera scelta** valutandola positivamente o molto positivamente in oltre il 75% dei casi. Il consenso diventa plebiscitario quando il 93% delle persone incontinenti valuta positivamente l'opportunità di manifestare la propria libera scelta magari cambiando marca/fornitore.

In merito al **canale distributivo ideale**, le risposte fornite sono state piuttosto equilibrate con una leggera preferenza verso la **consegna domiciliare** (nel 37% dei rispondenti). Inoltre, in risposta all'eventuale **timore di restare privi di ausili** per l'incontinenza, il 70% dei rispondenti dichiara positiva la possibilità di avere una fornitura di ausili che copra un periodo almeno trimestrale.

In estrema sintesi la ricerca conferma la distribuzione percentuale delle persone tra le varie classi di gravità di incontinenza (40% lieve, 27% media, 33% tra grave e gravissima); soprattutto conferma la **ricerca di ausili dotati di alta qualità** (spesso acquistati nel mercato privato delle farmacie, parafarmacie, negozi specializzati e supermercati) privilegiando un modello che dia **valore alla propria libera scelta** e alla possibilità di cambiare fornitore/marca a seguito di un percorso diagnostico chiaro e semplice da seguire, con le indicazioni del medico specialista della Asl.





# Quattro passi di Salute

## Ciclisti urbani

Andare al lavoro o fare le commissioni in bici fa **risparmiare tempo e danaro**.  
I consigli per diventare ciclisti "cittadini" guadagnando in **salute e bellezza**

**C**hi abbandona l'auto in favore della bicicletta per tutti gli spostamenti quotidiani diventa in breve un vero ciclista, ma per andare in bici non servono solo le piste ciclabili. Servono anche volontà e un discreto stato di allenamento muscolare che si guadagna strada facendo. Perché anche in città dobbiamo compiere strade in salita o attraversare ponti, pedalare su selciati impegnativi come il pavé (cubetti di porfido) oppure semplicemente andare controvento. Usare la bici è salutare per il ciclista e per l'ambiente e oltretutto fa risparmiare tempo e denaro. È dimostrato, infatti, che per **percorsi brevi** (fino a 5-6 km, ma talvolta anche il doppio) la bicicletta è più efficiente e più rapida dell'automobile.

### Benefici per la salute

Praticato regolarmente, il ciclismo è molto utile all'**apparato cardiocircolatorio** diminuendo il rischio di infarto e ictus: abbassa la pressione arteriosa, i livelli di colesterolo, dei trigliceridi nel sangue e aumenta invece la capacità respiratoria. Come tutte le attività fisiche accelera il metabolismo contribuendo al mantenimento di un corretto **peso corporeo**. Anche le **articolazioni** soprattutto delle gambe, come detto, vengono stimolate senza un eccessivo aggravio che si può riscontrare in attività come il jogging o, per soggetti particolarmente sensibili, anche la camminata. Inoltre, pedalare fa bene a tutti i muscoli, ma sono in particolare le gambe e i glutei a beneficiarne. Quindi basta una certa regolarità per offrire al fisico una maggiore e presto evidente **tonicità** che può

fare risparmiare sul costo della palestra facendoci praticare un'attività certo più divertente. Andare in bicicletta è una pratica consigliata **senza limite di età** ed è benefica anche dal punto di vista dell'**umore** grazie al rilascio delle endorfine dette anche "ormoni della felicità". Un ciclista uomo di peso medio (70-80 kg), che pedala per un **quarto d'ora** a una velocità normale, brucia circa **110 kcal**. I calcoli sono semplici: trenta minuti di bici fanno perdere 300 chilocalorie. Una muscolatura attiva e la **vitamina D** aiutano la salute delle ossa. Per stimolare la produzione di vitamina D bastano 10 minuti di luce solare al giorno che si godono senza dubbio in bicicletta. Per quanto riguarda l'**inquinamento** alcuni ricercatori sostengono che il ciclista, proprio grazie alla velocità degli spostamenti, respira meno inquinanti dell'automobilista costretto per ore nell'abitacolo dal caotico traffico cittadino.

### Controllo del mezzo

Per non farci scoraggiare dalla fatica dobbiamo però avere un mezzo efficiente. Innanzitutto dobbiamo capire se la bici è un po' "incriccata", magari perché non la adoperiamo da qualche annetto ed è quindi opportuno farla fare un piccolo *check up* dal biciclettaio che non solo pulirà e ingrasserà i meccanismi affinché la pedalata possa essere più fluida e molto meno faticosa, ma, importantissimo, vi potrà dire se la **misura della bicicletta** è davvero adatta alla vostra altezza. La misura giusta è, infatti, fondamentale per evitare dolori alla schiena e inutile dispendio di energia. Anche la scelta degli **pneumatici**



deve essere valutata dall'esperto e noi, invece, abbiamo il compito di tenerli sempre ben gonfiati per diminuire l'attrito a terra.

#### **Pedalare leggeri**

La pedalata deve essere quanto più possibile fluida e per chi ha i **cambi** il consiglio è di utilizzarne uno intermedio che alleggerisca il lavoro delle gambe senza accelerare troppo la pedalata.

Se dobbiamo portare materiale abbastanza pesante al lavoro è meglio **non utilizzare lo zaino** che affatica spalle e braccia andando a gravare sulla colonna vertebrale, ma dotarsi di cestini oppure delle utili borse da bicicletta che, se riempite con accortezza, non sbilanceranno la pedalata.

È chiaro che se anche noi siamo un po' arrug-

giniti anche la muscolatura andrebbe aiutata effettuando esercizi di **stretching** che poi è buona norma continuare a praticare per un benessere fisico globale aiutando così la flessibilità delle articolazioni ed evitando inoltre la formazione di acido lattico.

#### **Sicurezza**

Un'ultima considerazione sulla sicurezza necessaria nei caotici centri urbani e in generale sulle strade. Prediligete i tragitti dotati di **piste ciclabili**, comunque sempre ancora insufficienti, o che consentono di utilizzare i marciapiedi. È opportuno indossare il **caschetto protettivo** anche se in Italia pochi ancora lo fanno e controllare bene i **fari** sia anteriore che posteriore, usare **catarifrangenti** evitando comunque di percorrere strade troppo buie.



# Salute Animali

## Carta d'identità

Quali sono le specie che si **devono** iscrivere all'**Anagrafe degli animali d'affezione**.  
I vantaggi per **cani, gatti, furetti, conigli** e per i loro proprietari

**L'**anagrafe degli animali d'affezione è il **registro nazionale** dei cani, gatti e furetti identificati con microchip in Italia. Si tratta di una banca dati, alimentata dalle singole anagrafi territoriali, che intende fornire **on line** i riferimenti utili per rintracciare il luogo di registrazione degli animali e il loro legittimo proprietario, nel rispetto della tutela della privacy del cittadino.

Questo registro comprende i dati dell'anagrafe animali d'affezione che, dopo la prima fase di avvio, si è arricchita con nuove informazioni relative all'animale quali la specie (cane, gatto, furetto), la razza e il sesso dei cani. I dati relativi alle anagrafi dei gatti e dei furetti gestite dalle Regioni sono in continua implementazione.

Tutte le regioni inviano oltre al codice dell'identificativo (microchip o tatuaggio) informazioni relative alla specie animale (cane, gatto, furetto). L'**Anagrafe degli animali d'affezione** è realizzata dal **Ministero della Salute** in stretta collaborazione con le amministrazioni regionali, che vi riversano i dati locali. Oltre a rendere più facile la **restituzione dell'animale al proprietario**, il sistema delle anagrafi, nazionale e territoriali (istituito con l'accordo Stato-Regioni del 6 febbraio 2003) garantisce la **certezza dell'identificazione**, rappresenta un efficace strumento di dissuasione dagli abbandoni degli animali, favorisce studi e interventi per la prevenzione e cura delle malattie degli animali.

La **consultazione della banca dati** è libera. Chi trova un cane smarrito, digitando il codice a 15 cifre del microchip o quello tatuato (oggi raro), può risalire all'anagrafe di provenienza del cane e trovare numeri utili e sportelli a cui rivolgersi per rintracciare il proprietario. La stessa cosa avviene con i microchip inseriti nei gatti e nei furetti. Per

ottenere il codice identificativo, è possibile effettuare la **lettura del microchip** presso i servizi veterinari delle Asl, gli ambulatori veterinari privati e la Polizia municipale muniti dell'apposito lettore.

### Iscrizione obbligatoria

La registrazione dei **cani** nelle banche dati regionali, che confluiscono in quella nazionale, è un obbligo previsto dalla legge n. 281 del 1991 (Legge quadro in materia di animali d'affezione e prevenzione del randagismo) successivamente ribadito e più dettagliatamente chiarito nella sua procedura da ordinanze ministeriali e sancito dall'Accordo 24 gennaio 2013.

### Iscrizione volontaria

La semplice iscrizione di **gatti e furetti** nelle anagrafi regionali, riversata nell'Anagrafe degli Animali d'Affezione, è invece su base volontaria se non si ha la necessità di acquisire il passaporto.

È utile ricordare che i medici veterinari liberi professionisti possono registrare i gatti per scelta dei proprietari anche nella banca dati privata denominata "**Anagrafe Nazionale Felina**" realizzata dall'ANMVI (Associazione Nazionale Medici Veterinari Italiani). È opportuno perciò effettuare la ricerca del microchip di un gatto smarrito anche in questa banca privata che non sostituisce l'Anagrafe degli Animali d'Affezione.

Anche il **coniglio d'affezione** ha la possibilità di essere iscritto presso una banca dati privata a lui dedicata realizzata dall'AAE-Conigli onlus (Associazione Animali Esotici- Sezione conigli) e denominata appunto "**Anagrafe dei conigli**". Le associazioni che realizzano e gestiscono queste anagrafi private rispondono della correttezza, della completezza e della tutela della privacy dei dati che raccolgono. (Fonte Ministero della Salute)



# NOVITÀ IN FARMACIA

## Caramelle buone e salutari anche per i bambini

Buone e benefiche le **caramelle gommose** che **Specchiasol** dedica agli **adulti** e oggi anche ai **più piccoli** con la **novità delle gelées**. Tutte gluten free, senza zuccheri aggiunti e senza lattosio. Le **caramelle alla Rosa canina e Zenzero** apportano **Vitamina C** utile per migliorare l'efficienza del sistema immunitario e grazie all'estratto contenente Gingeroli (dalla preziosa radice di zenzero) un aiuto arriva anche alla **digestione** e al **transito intestinale**, migliorando gli stati infiammatori ed eliminando l'**alito cattivo**. Le **Caramelle gommose a Mirtillo e Curcuma** grazie alle proprietà di questi preziosi frutti della natura sono coadiuvanti nella lotta all'invecchiamento contro i radicali liberi ossidanti con attenzione al benessere degli occhi. Le



**Caramelle gelées Bambini Frutta Mix** (arancia, mora, fragola e limone) **Propoli purificata E.P.I.D.® plus e Rosa canina** sono indicate per il **benessere della gola**. La Propoli purificata è nota per le **proprietà antimicrobiche** a largo spettro nei confronti dei più comuni agenti infettivi (batteri, virus, muffe e lieviti).

## Una crema fortemente lenitiva che preserva l'ecoflora cutanea



**Phyto Garda** presenta **Lederme®crema lenitiva forte**, prodotto dermocosmetico per viso e corpo pensato per **dare sollievo contro il discomfort cutaneo**. Il prodotto è indicato per adulti e bambini e **riduce la reattività della pelle**, mantenendo il benessere cutaneo. Protegge ogni giorno la pelle da fattori ambientali come **inquinamento** e **stress** e dona sollievo alla pelle più sensibile ed irritata. Lederme®crema lenitiva forte **preserva l'ecoflora cutanea** grazie al complesso prebiotico e probiotico **Ecoskin®**. Contiene inoltre **olio di Canapa**, ricco di acidi grassi polinsaturi e Vitamine, indicato per ripristinare l'**equilibrio idro-lipidico cutaneo**, ed **olio Extravergine di Oliva Garda DOP**, ottenuto da specifiche varietà di olive coltivate nel territorio Gardesano, perfetto per proteggere l'epidermide da aggressioni esterne e contrastare l'ageing cutaneo. Il prodotto è formulato con il 98,6% di ingredienti di origine naturale. Si consiglia di applicare quotidianamente su **viso e corpo**, nelle zone interessate, massaggiando delicatamente fino a completo assorbimento.

P.P: LEDERME®CREMA LENITIVA FORTE, 50 ml, euro 14,50. Contatto: [research@phytogarda.it](mailto:research@phytogarda.it)

## Energia fisica e mentale anche per la scuola

**Bioton Bambini** di **Sella Farmaceutici** è un integratore alimentare a base di **acerola, mirtillo, fieno greco, miele, pappa reale e fosfoferina** pensato per **bambini e ragazzi** che necessitano di **maggior energia** durante i **cambi stagione, convalescenza** o nei casi di **intensa attività fisica o scolastica**.



L'estratto di Acerola ha un'azione di **sostegno** e ricostituente **migliorando le naturali difese dell'organismo**. Il Mirtillo ad attività **antiossidante**, risulta utile anche per il **benessere della vista**. Il fieno greco ricco di **vitamine e proteine** è utile per il **metabolismo dei carboidrati**. Il Miele e la Pappa reale forniscono **energia a pronto utilizzo**. Il prodotto è arricchito con **fosfoferina**, precursore fondamentale delle **membrane cellulari neuronali**.

## Per ritrovare e mantenere l'energia

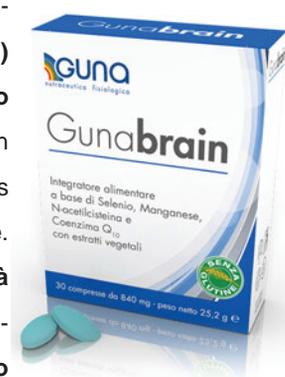
Se ci si sente stanchi, stressati e si vuole ritrovare l'energia, c'è **Magnesium 300+**, l'integratore di **Boiron**. La generale carenza in magnesio può essere legata a fattori come un periodo di **affaticamento** o di **forte stress**, un'**intensa attività intellettuale o sportiva**, una dieta **povera di nutrienti**. Anche uno stato particolare dell'organismo, come la **gravidanza**, l'**allattamento** o la **convalescenza da una malattia**, può far sì che si abbia bisogno di un apporto supplementare di minerali. Con la sua



formula esclusiva, **Magnesium 300+** di Boiron **apporta l'80% della quantità di magnesio raccomandata quotidianamente (300 mg al giorno)** oltre alle **vitamine del gruppo B**, la **vitamina PP**, la **vitamina E** e il **selenio**. Inoltre, combinando i sali di glicerofosfato e carbonato, il magnesio di Boiron assicura un **assorbimento ottimale** e una **elevata tollerabilità**. Magnesium 300+ Boiron scatola da 160 compresse. Venduto in farmacia.

## Combattere l'affaticamento mentale

Dalla ricerca scientifica della **Nutraceutica Fisiologica Guna**, nasce **Gunabrain**, integratore alimentare utile per fornire apporti nutrizionali specifici: **N-acetilcisteina (NAC) Coenzima Q10, Manganese, Selenio, Tè verde e Ginseng indiano o Whitaniasomnifera L.**, per sostenere l'organismo in situazioni di **stress cerebrale**. In particolare Manganese e Selenio sono utili per la protezione delle cellule dallo stress ossidativo, Tè verde e Ginseng indiano in caso di **stanchezza fisica e mentale**. Gunabrain è coadiuvante nelle situazioni di: **intenso studio o lavoro, intensa attività intellettuale, stanchezza fisica e mentale**. In Gunabrain i componenti sono accuratamente selezionati e presenti in **precise e bilanciate quantità** per fornire un **apporto nutrizionale equilibrato**. Confezione da 30 compresse deglutibili. Gunabrain è certificato senza glutine.





# GUARDIA FARMACEUTICA DI VERONA E PROVINCIA

Durata di ogni turno: 48 ore (giorno e notte)



Puoi trovare i turni anche su [www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it) - [mobile.farmacieverona.it](http://mobile.farmacieverona.it) - Tel 045 8041996

I seguenti turni di Guardia Farmaceutica potrebbero subire delle modifiche non prevedibili al momento della stampa di "Pillole"

Per conoscere sempre dov'è la farmacia aperta più vicina a te scarica gratuitamente l'App "Farmamia Verona" sullo store google play di android e su apple store

## DALLE ORE 9:00 DEL 17 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 19 SETTEMBRE 2019

|                                                                                                               |                                                                                                                        |                                                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                      |                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| COM.LE GRATTACIELO<br>BACCHINI<br>BORGO ANTICO<br>GIAROLO<br>S.APOLLINARE<br>ANTICHE TERME<br>CENT.LE TESSARI | Centro Storico - VR<br>Borgo Roma - VR<br>Avesa - VR<br>S. Michele Extra - VR<br>Lugo di Grezzana<br>Caldiero<br>Soave | P.za Santo Spirito, 2/B<br>Via Giuliani, 23<br>Via Podgora, 16 B<br>Via A. Fedeli, 50<br>Via Bombieri, 16<br>Via Strà, 50<br>P.za al Combattente, 1 | COM.LE GAZZOLO<br>ZANZONI<br>MAZZON<br>DONATO<br>SETTIMO MIGLIO<br>FERRON<br>SARTORI | Gazzolo di Arcole<br>Concamarise<br>Legnago<br>Sommacampagna<br>Settimo di Pescantina<br>Vigasio<br>Pesina - Caprino | Via Casalveghe, 10<br>Via Capitello, 24<br>Via Casette, 16<br>Via Osteria Grande, 26<br>Via Bertoldi, 84<br>Via Risorgimento, 2/A<br>Via S. Luigi, 175 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 19 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 21 SETTEMBRE 2019

|                                                                                |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                         |                                                                                              |                                                                                                                              |                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MARTINI<br>S. MARCO<br>S. PANCRAZIO<br>POZZO<br>MONTANARI<br>RAUCO<br>LESSINIA | Centro Storico - VR<br>Borgo Milano - VR<br>Porto S. Pancrazio - VR<br>Pozzo-S. Giov. Lupatoto<br>Vago di Lavagno<br>S. Stefano di Zimella<br>Boscochiesanuova | Via Stella, 9<br>Via A. Gramsci, 6<br>Via Galilei, 70<br>Via XXIV Maggio, 16<br>Via Copernico, 5<br>Via Martiri d. Libertà, 76<br>P.za della Chiesa, 25 | ALBERTINI<br>S. NICOLA<br>CAVALCASELLE<br>BALCONI<br>PARMIANI<br>FORETTE S.MARTINO<br>AGOSTI | Cerea<br>Castagnaro<br>Cavalcaselle<br>Balconi di Pescantina<br>Quaderni di Villafranca<br>Vigasio - Forette<br>Caprino V.se | Via Municipio, 4/A<br>Via Dante Alighieri, 200<br>Via XX Settembre, 99<br>Via Brennero, 71/B<br>Via De Amicis, 22<br>Via Custoza, 2/A<br>P.za S. Marco, 4 |
|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 21 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 23 SETTEMBRE 2019

|                                                                                         |                                                                                                                    |                                                                                                                                                    |                                                                                  |                                                                                                                           |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| S. FERMO<br>PALLADIO<br>SOAVE<br>POMARI<br>AL REDENTORE<br>S. NICOLÒ<br>PIEROPAN SILVIO | Centro Storico - VR<br>Stadio - VR<br>S. Massimo - VR<br>S. Mart. Buonalbergo<br>S. Bonifacio<br>Roverè<br>Minerbe | Stradone S. Fermo, 40<br>Via Albere, 63<br>Via S. Lucilio, 8<br>Via Nazionale, 9/B<br>P.za Costituzione, 21<br>P.za V. Emanuele, 32<br>Via Roma, 1 | DANI<br>BOSELLI<br>DE TOMI<br>DOMEGLIARA<br>CASTELNUOVO<br>RIZZOTTI<br>AL GIGLIO | Palù<br>Caselle di Nogara<br>Carpi Villabartolomea<br>Domegliara<br>Castelnuovo d/Garda<br>Rivoli Veronese<br>Villafranca | Via Roma, 16<br>Via Costa, 4<br>Via Maestrello, 26<br>Via del Pontiere, 2A<br>P.za della Libertà, 10<br>Via Vigo, 4<br>C.so V. Emanuele, 222 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 23 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 25 SETTEMBRE 2019

|                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                              |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| S. TOMIO<br>PONTE CATENA<br>S. CHIARA<br>DELL'IMMACOLATA<br>CAPRI<br>NIGRI<br>RIZZINI<br>SS. REDENTORE<br>MERCANTI | Centro Storico - VR<br>Zona Navigatori - VR<br>Borgo Venezia - VR<br>S. Marco - VR<br>Bassona - VR<br>S. Mart. Buonalbergo<br>Monteforte d'Alpone<br>Marchesino Buttapietra<br>Rizza di Villafranca | Via Mazzini, 11<br>Via Vasco De Gama, 6/C<br>Via Montorio, 59/A<br>Via Don Luigi Sturzo, 3<br>Via Bassone, 56<br>P.za del Popolo, 2<br>Via V.Veneto, 22<br>Via Monte Carega, 4<br>Strada La Rizza, 208 | VALPOLICELLA<br>SANT'ANNA<br>RIZZOLO<br>COSTABELLA<br>NARDI<br>ISALBERTI<br>FIDES<br>ORLANDO | S. Maria di Negrar<br>Calmasino-Bardolino<br>S. Anna d'Alfaedo<br>S. Zeno di Montagna<br>Ronco all'Adige<br>Bovolone<br>Casaleone<br>Boschi S. Anna | Via Casette, 2<br>Via Verona, 63<br>P.za V. Emanuele, 5A<br>Loc. Ca' Montagna, 13<br>Via V.Veneto, 10<br>P.za V. Emanuele, 15<br>Via V.Veneto, 43<br>Via Caseggiato, 5 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 25 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 27 SETTEMBRE 2019

|                                                                                             |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                  |                                                                                                       |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CENTRALE<br>MARTARI<br>BELLAMOLI<br>COM.LE CHIEVO<br>GAROFOLI<br>GHIAIA<br>ZORZI<br>INFANTI | Centro Storico - VR<br>Borgo Trento - VR<br>Poiano - VR<br>Chievo - VR<br>S. Giov. Lupat.<br>Castel d'Azzano<br>Arcole<br>Badia Calavena | P.za Erbe, 18/20<br>P.za V.Veneto, 22<br>Via Poiano, 99<br>Via Berardi, 94<br>Via Garofoli, 135/137<br>Via Mascagni, 77<br>Via Padovana, 104<br>Via Battisti, 21 | COM.LE BARIONI<br>STORI<br>ZERBINATO<br>LUGAGNANO<br>FERRARI<br>COSTERMANO<br>S. LEONARDO<br>SALIONZE | Ca' d'Oppi-Oppeano<br>Sanguinetto<br>Bevilacqua<br>Lugagnano<br>Valgataro Marano Valp.<br>Costermano<br>Pradelle Nog.le Rocca<br>Salionze Valeggio S/M | Via Croce, 93<br>Via Battisti, 124<br>Via Roma, 239<br>Via Pelacane, 16 A<br>Via del Lavoro, 3A<br>Viale della Repubblica, 2<br>Via IX Maggio, 38<br>Via del Garda, 34 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 27 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 29 SETTEMBRE 2019

|                                                                                                             |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                |                                                                                          |                                                                                                                              |                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CASTELVECCHIO<br>ALL'ALBARO<br>S. ANNA<br>COM.LE S. MASSIMO<br>PALLARO<br>MAGAGNOTTO<br>BASSETTO<br>FIORINI | Centro Storico - VR<br>Montorio - VR<br>Saval - VR<br>S. Massimo - VR<br>Montecchia di Crosara<br>Roncà<br>Veronella<br>Raldon S. Giov. Lupat. | C.so Porta Palio, 2/A<br>P.za Buccari, 3<br>Via Da Mosto, 27<br>Via Don G. Trevisani, 39<br>Via Roma, 12<br>Via Giovanni XXIII, 6<br>Via S. Marcello, 6<br>P.za De Gasperi, 43 | TREVENZOLI<br>COM.LE SONA<br>ALLA MADONNA<br>BALLADORO<br>SARTORI<br>SABINI<br>COPPIARDI | S. Pietro Incariano<br>Sona<br>Bardolino<br>Povegliano<br>Vallese di Oppeano<br>Roncanova Gazzo V.se<br>S. Pietro di Legnago | Via Ingelheim, 1<br>P.za Della Vittoria, 10<br>Via Croce, 35<br>Via A. De Gasperi 1<br>Via Spinetti, 97<br>Via Roma, 19/21<br>Via Pad. Inf. Ovest, 17 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



# GUARDIA FARMACEUTICA DI VERONA E PROVINCIA

Durata di ogni turno: 48 ore (giorno e notte)



Puoi trovare i turni anche su [www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it) - [mobile.farmacieverona.it](http://mobile.farmacieverona.it) - Tel 045 8041996

## DALLE ORE 9:00 DEL 29 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 1° OTTOBRE 2019

|                                                                                                  |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                 |                                                                                    |                                                                                                        |                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PONTE PIETRA</b><br>S. GIUSEPPE<br>ROMA<br>XXIV GIUGNO<br>COM.LE QUINTO<br>NICOLI<br>BIONDANI | Veronetta - VR<br>Borgo Venezia - VR<br>Borgo Roma - VR<br>S. Massimo - VR<br>Quinto - VR<br>Belfiore<br>Pressana | Regaste Redentore, 8/C<br>Via Spolverini, 2/H<br>Via Centro, 53<br>Via XXIV Giugno, 32/A<br>Via Valpantena, 42<br>Via Monti Lessini, 4<br>Via Giovanni XXIII, 1 | <b>LESSINI</b><br>BELLINI<br>SARTORI<br>ALL'ANGELO<br>S. ROCCO<br>COM.LE PALAZZOLO | Erbezzo<br>Asparetto di Cerea<br>Castel d'Azzano<br>Villabartolomea<br>Pescantina<br>Palazzolo di Sona | Via Roma, 64<br>Str. Prov. 2 Isolella, 52A<br>Via Marconi, 42<br>C.so Fraccaroli, 133<br>Via Pozze, 13/B<br>Via IV Novembre, 46 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 1° OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 3 OTTOBRE 2019

|                                                                                                                               |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                       |                                                                                               |                                                                                                                  |                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>INTERNAZIONALE</b><br>S. PAOLO<br>LA MIA FARMACIA<br>COSSATER<br>COM.LE CADORE<br>COM.LE<br>VILLABELLA<br>S. PAOLO COLALTO | Centro Storico - VR<br>Veronetta - VR<br>Golosine - VR<br>S. Giov. Lupat.<br>Ponte Crencano - VR<br>Coriano V.se-Albaredo<br>Villabella S. Bonifacio<br>S. Giovanni Ilarione | P.za Brà, 28<br>Via S.Vitale, 1/A<br>Via Murari Bra', 53<br>P.za Umberto I, 120<br>Via Poerio, 28/A<br>Via Gennari, 28<br>Loc. Villabella, 24/H<br>P.za dell'Osto, 37 | <b>BERTOLASO</b><br>MELA<br>S.VITO<br>COM.LE VITALBA<br>ALL'ANGELO<br>ALLA MADONNA<br>MORTARI | S. Pietro di Morubio<br>Villafontana<br>S.Vito di Cerea<br>Sona<br>Negrar<br>Piovezzano Pastrengo<br>Villafranca | Via Kennedy, 3<br>Via Villafontana, 30<br>Via Mantova, 66<br>Via Festara, 1/A<br>Via S. Martino, 3<br>Via Due Porte, 41/C<br>Via Pace, 29 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 3 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 5 OTTOBRE 2019

|                                                                                                          |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                   |                                                                                                                    |                                                                                                                |                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>AL GIGLIO</b><br>S. MASSIMO<br>REALDON<br>MANFRINI<br>CENT.LE S.MICHELE<br>AL POMO D'ORO<br>FARINELLI | Centro Storico - VR<br>S. Massimo - VR<br>S. Lucia - VR<br>Buttapietra<br>S. Michele Extra - VR<br>Cologna Veneta<br>Costalunga Monteforte | C.so Porta Borsari, 46<br>Via Stanga, 4<br>Via Villafranca, 48<br>P.za Roma, 41<br>Via Unità d'Italia, 120<br>Via Cavour, 66/68<br>Via Aroldi, 25 | <b>CROSARE</b><br>BOCCHI<br>CENT.LE BUSSOLENGO<br>COM.LE SOMMACAMP.<br>MADONNA d. SOCC.SO<br>PEDROTTI<br>VALDADIGE | Bovolone-Crosare<br>Legnago<br>Bussolengo<br>Sommacampagna<br>Torri del Benaco<br>Trevenzuolo<br>Peri di Dolcè | Via Crosare, 125<br>Via Minghetti, 9<br>P.za della Vittoria, 1<br>Via Gidino, 2<br>Via Gardesana, 1205<br>Via Roma, 47 A<br>Via Brennero, 303 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 5 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 7 OTTOBRE 2019

|                                                                                                     |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                                |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>S. ZENO</b><br>DONADUZZI<br>S.TERESA<br>GIOVANNI XXIII<br>LIO<br>PORTIOLI<br>OLIVATO<br>BELLONZI | S. Zeno - VR<br>Valdonega - VR<br>Borgo Roma - VR<br>Pozzo di S. Giov. Lupat.<br>S. Michele Extra - VR<br>Illasi<br>Cologna Veneta<br>Mezzane di Sotto | P.za Corrubbio, 1<br>Via Marsala, 19/A<br>Via Centro, 13<br>Via Cesare Battisti, 27<br>Via Unità d'Italia, 169<br>Via Dante Alighieri, 26<br>Viale Del Lavoro, 1/A<br>Via S. Giovanni Di Dio, 5 | <b>BRONZOLO</b><br>SALIERI<br>S. ROCCO<br>GIUBERTONI<br>PERETTI<br>S. GIOV. BATTISTA<br>AMBROSINI | Isola Rizza<br>Legnago<br>Pedemonte<br>Peschiera d/Garda<br>Dossobuono<br>Erbè<br>Caprino V.se | Via L. Ferrari, 61<br>Viale dei Caduti, 69<br>Via Campostrini, 45<br>Via Milano, 22<br>Via Cavour, 86<br>Via XXV Aprile, 11<br>P.za Roma, 18 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 7 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 9 OTTOBRE 2019

|                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                           |                                                                                                 |                                                                                                       |                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>MADONNA d/POPOLO</b><br>S. NAZARO<br>DEI SANTI<br>VR EST<br>MARTELLETO<br>CENT.LE MARCHESIN<br>SELVA DI PROGNO<br>ROSSIGNOLI | Centro Storico - VR<br>Veronetta - VR<br>Cadidavid - VR<br>S. Mart. Buonalbergo<br>Colognola ai Colli<br>Cologna Veneta<br>Selva di Progno<br>Albaro Ronco a/Adige | Via Garibaldi, 20<br>Via Muro Padri, 56<br>Via Belfiore, 59<br>Viale del Lavoro, 39<br>Via Montanara, 32<br>P.za Garibaldi, 3<br>Via Trento, 2<br>Via della Repubblica, 3 | <b>COM.LE FAKES</b><br>SANTA CHIARA<br>CHERUBINE<br>BENINCASA<br>RUZZA<br>ZACCARIA<br>CAVALIERI | Bovolone<br>Sorgà<br>Cherubine di Cerea<br>Bussolengo<br>Peschiera d/Garda<br>Brenzzone<br>Povegliano | Via San Pierin, 59<br>Via Battisti, 13<br>Via Leopardi, 18<br>Via De Gasperi, 31<br>Via Marzan, 4<br>Via Colombo, 8<br>P.za IV Novembre, 11 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 9 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 11 OTTOBRE 2019

|                                                                                                                 |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                           |                                                                                                            |                                                                                                                 |                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LINFA</b><br>BORGO MILANO<br>COM.LE S. ROCCO<br>COM.LE CADIDAVID<br>PACI<br>FRASSOLDATI<br>GALLO<br>MAINIERI | Centro Storico - VR<br>Borgo Milano - VR<br>Quinzano - VR<br>Cadidavid - VR<br>Castel d'Azzano<br>Soave<br>Zimella<br>Cerro Veronese | C.so Porta Nuova, 27<br>C.so Milano, 69<br>Via F. Scolastico, 33<br>Via F. Carmagnola, 16<br>P.za Gilardoni, 4<br>P.za Castagnedi, 9<br>Via Molini, 16<br>P.za Alferia, 1 | <b>DELLA MADONNA</b><br>SOLDÀ<br>TREGNAGO<br>ARFIERO<br>COM.LE S. MARTINO<br>FARINOLA<br>CENT.LE MONTRESOR | Zevio<br>Roverchiara<br>Salizzole<br>Vangadizza Legnago<br>Corrubbio di Negarino<br>Affi<br>Valeggio sul Mincio | P.za Marconi, 2<br>Via Roma, 42<br>P.za Castello, 34<br>Via Pellini, 25<br>Via Cedrare, 51<br>Via Danzia, 3<br>P.za V.Veneto, 11 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 11 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 13 OTTOBRE 2019

|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                           |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>AL SEMINARIO</b><br>PANCALDO<br>COM.LE B.go NUOVO<br>ARMANI<br>SACRA FAMIGLIA<br>COM.LE MAD. DI CAMP.<br>S.BIAGIO<br>S. FRANCESCO<br>PIEROPAN | Veronetta - VR<br>Corte Pancaldo - VR<br>Borgo Nuovo - VR<br>Golosine - VR<br>Sacra Famiglia - VR<br>Mad. di Camp. - VR<br>Colognola ai Colli<br>Locara S. Bonifacio<br>Tregnago | Via I.to Acqua Morta, 42<br>Via L. Pancaldo, 34<br>Via Taormina, 23/C<br>Via Tanaro, 11<br>Via Vigasio, 51<br>Via Monte Bianco, 1<br>Via Stra', 47<br>Via Fossacan, 4/C<br>Via Battisti, 18 | <b>S. MARIA</b><br>BACCHIELLI<br>MADONNA d/SALUTE<br>SEGALA<br>PIETROPOLI<br>INTERNAZIONALE<br>COM.LE DOSSOBUONO<br>SILVI | Roveredo di Guà<br>Oppeano<br>Porto di Legnago<br>Bussolengo<br>Sandrà di Castelnuovo<br>Malcesine<br>Dossobuono<br>Pellegrina Isola d/Scala | Via Alighieri, 11<br>Via XXVI Aprile, 18<br>Via Morgagni, 12<br>Via Gardesana, 23b<br>Via Salgari, 5<br>Via Gardesana, 149<br>Via Stazione, 34<br>Via Abetone, 85 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



# GUARDIA FARMACEUTICA DI VERONA E PROVINCIA

Durata di ogni turno: 48 ore (giorno e notte)



Puoi trovare i turni anche su [www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it) - [mobile.farmacieverona.it](http://mobile.farmacieverona.it) - Tel 045 8041996

## DALLE ORE 9:00 DEL 13 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 15 OTTOBRE 2019

|                           |                        |                            |                         |                      |                        |
|---------------------------|------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------|------------------------|
| <b>DUE CAMPANE</b>        | Centro Storico - VR    | Via Mazzini, 52            | <b>ANSELMI</b>          | Vestenanova          | Via Monte Grappa, 13   |
| <b>BETTINI</b>            | Saval - VR             | Via Marin Faliero, 71      | <b>SANTAMARIA</b>       | S. Maria di Zevio    | Via I Maggio, 8/A      |
| <b>COM.LE TOMBA</b>       | Borgo Roma - VR        | Via Centro, 237            | <b>SEGALA</b>           | Angiari              | Via Lungo Bussé, 890   |
| <b>MADONNA d/SALUTE</b>   | Madonna di Dossobuono  | Via Mantovana, 127/B       | <b>COM.LE MATTIOLI</b>  | Maccacari Gazzo V.se | Pza Maccacari, 66      |
| <b>MARCHIORI S. CROCE</b> | Borgo Santa Croce - VR | Via Villa Cozza, 28        | <b>FAPPANI</b>          | Arbizzano            | Via Valpolicella, 46   |
| <b>VITTORIA</b>           | S. Mart. Buonalbergo   | Via Pietro Piazzola, 18/20 | <b>BENATI</b>           | Lazise               | Via A. Della Scala, 56 |
| <b>SAN GIOVANNI</b>       | S. Bonifacio           | Via Fiume, 59              | <b>PERINA</b>           | Valeggio sul Mincio  | Via Gottardi, 30       |
| <b>GIUSTI</b>             | Albaredo d'Adige       | Pza V. Emanuele, 3         | <b>CENT.LE NERI</b>     | Isola della Scala    | Via Spaziani, 8        |
| <b>DAL COLLE</b>          | Cazzano di Tramigna    | Pza Matteotti, 41          | <b>MADONNA d/POPOLO</b> | Villafranca          | Via Marsala, 23        |

## DALLE ORE 9:00 DEL 15 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 17 OTTOBRE 2019

|                           |                       |                          |                           |                       |                          |
|---------------------------|-----------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------|--------------------------|
| <b>ALLA CONCEZIONE</b>    | Veronetta - VR        | Via S. Nazaro, 71        | <b>LORA</b>               | Terrazzo              | Via Baldini Sinistra, 18 |
| <b>PADOVANI</b>           | Borgo Trento - VR     | Via Mameli, 39           | <b>TITTON</b>             | S. Vito di Bussolengo | Via Piemonte, 81/B       |
| <b>S. LUCIA</b>           | S. Lucia - VR         | Via Mantovana, 62/A      | <b>PUMO</b>               | Lugagnano             | Via Cao del Pra', 53     |
| <b>FITTA</b>              | S. Giov. Lupat.       | Pza Umberto I, 57        | <b>DEI COLLI VERONESI</b> | Negrar                | Viale Europa, 3          |
| <b>FRACASTORO</b>         | Prova di S. Bonifacio | Via Prova, 55/A          | <b>FACCI</b>              | Pacengo di Lazise     | Via Peschiera, 8         |
| <b>TURRI</b>              | Velo Veronese         | Pza della Vittoria, 12/A | <b>CHIMICA ORLANDI</b>    | Cavaion V.Se          | Via Fracastoro, 1/1      |
| <b>SS. PIETRO E PAOLO</b> | Zevio                 | Via Altichiero, 42       | <b>COM.LE MARTINELLI</b>  | Villafranca           | C.so V. Emanuele, 236    |
| <b>PAVAN</b>              | Bonavigo              | Via Roma, 10             | <b>COM.LE BASSINI</b>     | Vigasio               | Pza Papa A. Luciani, 6   |
| <b>MARCOLUNGO</b>         | Nogara                | Via G. Dalla Chiesa, 25  |                           |                       |                          |

## DALLE ORE 9:00 DEL 17 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 19 OTTOBRE 2019

|                        |                      |                          |                    |                        |                        |
|------------------------|----------------------|--------------------------|--------------------|------------------------|------------------------|
| <b>COGHI</b>           | Borgo Trento - VR    | Via IV Novembre, 11      | <b>S.TERESA</b>    | Caselle Sommacamp.     | Via Scuole, 25         |
| <b>COM.LE GOLOSINE</b> | Golosine - VR        | Via Po, 8                | <b>BRAGHETTA</b>   | S. Ambrogio di Valpol. | Via G. Matteotti, 10/A |
| <b>FONGARO</b>         | Biondella - VR       | Via Cipolla, 11          | <b>FIORI</b>       | Prun di Negrar         | Via Aleardi, 3         |
| <b>VANZAN</b>          | S. Pietro di Lavagno | Via Fontana, 44          | <b>GARDESANA</b>   | Castelnuovo del Garda  | Via Montini, 2         |
| <b>S. GIUSEPPE</b>     | S. Bonifacio         | C.so Venezia, 21         | <b>DEL GARDA</b>   | Garda                  | C.so Italia, 78        |
| <b>SALUS</b>           | S. Giovanni Ilarione | Viale dell'Industria, 72 | <b>S.BENEDETTO</b> | Peschiera d/Garda      | Via Bell'Italia, 47    |
| <b>BORDOGNA</b>        | Bovolone             | Via Garibaldi, 17        | <b>GIOVANNINI</b>  | Mozzecane              | Via C. Montanari, 39   |
| <b>DE STEFFANI</b>     | Cerea                | Pza Matteotti, 5         | <b>MODERNA</b>     | Isola della Scala      | Via Garibaldi, 1       |
| <b>ZANONI</b>          | Porto di Legnago     | Via Mazzini, 2           |                    |                        |                        |

## DALLE ORE 9:00 DEL 19 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 21 OTTOBRE 2019

|                        |                     |                          |                       |                   |                        |
|------------------------|---------------------|--------------------------|-----------------------|-------------------|------------------------|
| <b>S.ANASTASIA</b>     | Centro Storico - VR | Via Massalongo, 3/C      | <b>COM.LE GAZZOLO</b> | Gazzolo di Arcole | Via Casalveghe, 10     |
| <b>COM.LE OLIMPIA</b>  | Stadio - VR         | Via Palladio, 61         | <b>DELL'ASSUNTA</b>   | Grezzana          | Via Roma, 43           |
| <b>SOPRANA</b>         | Parona - VR         | L.go Stazione Vecchia, 6 | <b>ZANZONI</b>        | Concamarise       | Via Capitello, 24      |
| <b>ZAI</b>             | Zai - VR            | L.go Perlar, 12          | <b>MAZZON</b>         | Legnago           | Via Casette, 16        |
| <b>DELLA PUNTA</b>     | S. Giov. Lupat.     | Via Marconi, 22          | <b>DONATO</b>         | Sommacampagna     | Via Osteria Grande, 26 |
| <b>CECCHERELLI</b>     | Borgo Trieste - VR  | Via Pisano, 51           | <b>BRAGHETTA</b>      | Fumane            | Viale Verona, 71       |
| <b>ANTICHE TERME</b>   | Caldiero            | Via Strà, 50             | <b>FERRON</b>         | Vigasio           | Via Risorgimento, 2/A  |
| <b>CENT.LE TESSARI</b> | Soave               | Pza al Combattente, 1    | <b>SARTORI</b>        | Pesina - Caprino  | Via S. Luigi, 175      |

## DALLE ORE 9:00 DEL 21 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 23 OTTOBRE 2019

|                           |                       |                            |                           |                         |                           |
|---------------------------|-----------------------|----------------------------|---------------------------|-------------------------|---------------------------|
| <b>COM.LE GRATTACIELO</b> | Centro Storico - VR   | Pza Santo Spirito, 2/B     | <b>S. NICOLA</b>          | Castagnaro              | Via Dante Alighieri, 200  |
| <b>BURRI</b>              | Borgo Trento - VR     | Via Mameli, 4              | <b>S.VALENTINO</b>        | Bussolengo              | L.go S. D'Acquisto, 16/17 |
| <b>COM.LE PALAZZINA</b>   | Palazzina - VR        | Via S. Giov. Lupat., 22/B  | <b>CAVALCASELLE</b>       | Cavalcaselle            | Via XX Settembre, 99      |
| <b>S.ANTONIO</b>          | Borgo Venezia - VR    | Via Col. Fincato, 66       | <b>PARMIGIANI</b>         | Quaderni di Villafranca | Via De Amicis, 22         |
| <b>RAUCO</b>              | S. Stefano di Zimella | Via Martiri d. Libertà, 76 | <b>FORETTE S. MARTINO</b> | Vigasio - Forette       | Via Custoza, 2/A          |
| <b>S. STEFANO</b>         | Stallavena/Grezzana   | Via Chiesuola, 1/A         | <b>AGOSTI</b>             | Caprino V.se            | Pza S. Marco, 4           |
| <b>ALBERTINI</b>          | Cerea                 | Via Municipio, 4/A         |                           |                         |                           |

## DALLE ORE 9:00 DEL 23 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 25 OTTOBRE 2019

|                         |                       |                        |                       |                       |                       |
|-------------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <b>COM. GRATTACIELO</b> | Centro Storico - VR   | Pza Santo Spirito, 2/B | <b>BOSELLI</b>        | Caselle di Nogara     | Via Costa, 4          |
| <b>BORGO ANTICO</b>     | Avesa - VR            | Via Podgora, 16 B      | <b>PIEROPAN</b>       | Minerbe               | Via Roma, 1           |
| <b>BACCHINI</b>         | Borgo Roma - VR       | Via Giuliani, 23       | <b>DE TOMI</b>        | Carpi Villabartolomea | Via Maestrello, 26    |
| <b>GIAROLO</b>          | S. Michele Extra - VR | Via A. Fedeli, 50      | <b>SETTIMO MIGLIO</b> | Settimo di Pescantina | Via Bertoldi, 84      |
| <b>AL REDENTORE</b>     | S. Bonifacio          | Pza Costituzione, 21   | <b>CASTELNUOVO</b>    | Castelnuovo d/Garda   | Pza della Libertà, 10 |
| <b>S.APOLLINARE</b>     | Lugo di Grezzana      | Via Bombieri, 16       | <b>AL GIGLIO</b>      | Villafranca           | C.so V. Emanuele, 222 |
| <b>DANI</b>             | Palù                  | Via Roma, 16           | <b>RIZZOTTI</b>       | Rivoli Veronese       | Via Vigo, 4           |

## DALLE ORE 9:00 DEL 25 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 27 OTTOBRE 2019

|                      |                          |                      |                   |                        |                       |
|----------------------|--------------------------|----------------------|-------------------|------------------------|-----------------------|
| <b>MARTINI</b>       | Centro Storico - VR      | Via Stella, 9        | <b>NARDI</b>      | Ronco all'Adige        | Viale V.Veneto, 10    |
| <b>S. PANCRAZIO</b>  | Porto S. Pancrazio - VR  | Via Galliei, 70      | <b>ISALBERTI</b>  | Bovolone               | Pza V. Emanuele, 15   |
| <b>S. MARCO</b>      | Borgo Milano - VR        | Via A. Gramsci, 6    | <b>FIDES</b>      | Casaleone              | Via V. Veneto, 43     |
| <b>POZZO</b>         | Pozzo di S. Giov. Lupat. | Via XXIV Maggio, 16  | <b>ORLANDO</b>    | Boschi S. Anna         | Via Caseggiato, 5     |
| <b>SS. REDENTORE</b> | Marchesino Buttapietra   | Via Monte Carega, 4  | <b>BALCONI</b>    | Balconi di Pescantina  | Via Brennero, 71/B    |
| <b>MONTANARI</b>     | Vago di Lavagno          | Via Copernico, 5     | <b>SANT'ANNA</b>  | Calmasino di Bardolino | Via Verona, 63        |
| <b>RIZZINI</b>       | Monteforte d'Alpone      | Via V. Veneto, 22    | <b>MERCANTI</b>   | Rizza di Villafranca   | Strada La Rizza, 208  |
| <b>LESSINIA</b>      | Boscochiesanuova         | Pza della Chiesa, 25 | <b>COSTABELLA</b> | S. Zeno di Montagna    | Loc. Ca' Montagna, 13 |



# GUARDIA FARMACEUTICA DI VERONA E PROVINCIA



Durata di ogni turno: 48 ore (giorno e notte)

Puoi trovare i turni anche su [www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it) - [mobile.farmacieverona.it](http://mobile.farmacieverona.it) - Tel 045 8041996

## DALLE ORE 9:00 DEL 27 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 29 OTTOBRE 2019

|                                                                                           |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                      |                                                                                        |                                                                                                                      |                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| S. FERMO<br>PALLADIO<br>SOAVE<br>GHIAIA<br>POMARI<br>ZORZI<br>S. NICOLÒ<br>COM.LE BARIONI | Centro Storico - VR<br>Stadio - VR<br>S. Massimo - VR<br>Castel d'Azzano<br>S. Mart. Buonalbergo<br>Arcole<br>Roverè<br>Ca' d'Oppi-Oppeano | Stradone S. Fermo, 40<br>Via Albere, 63<br>Via S. Lucillo, 8<br>Via Mascagni, 77<br>Via Nazionale, 9/B<br>Via Padovana, 104<br>P.za V. Emanuele, 32<br>Via Croce, 93 | STORI<br>ZERBINATO<br>LUGAGNANO<br>DOMEGLIARA<br>COSTERMANO<br>SALIONZE<br>S. LEONARDO | Sanguinetto<br>Bevilacqua<br>Lugagnano<br>Domegliara<br>Costermano<br>Salionze Valeggio s/M<br>Pradelle Nog.le Rocca | Via Battisti, 124<br>Via Roma, 239<br>Via Pelacane, 16 A<br>Via del Pontiere, 2A<br>Viale della Repubblica, 2<br>Via del Garda, 34<br>Via IX Maggio, 38 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 29 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 31 OTTOBRE 2019

|                                                                                                      |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                       |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| S. TOMIO<br>PONTE CATENA<br>DELL'IMMACOLATA<br>CAPRI<br>S. CHIARA<br>NIGRI<br>MAGAGNOTTO<br>BASSETTO | Centro Storico - VR<br>Zona Navigatori - VR<br>S. Marco - VR<br>Bassona - VR<br>Borgo Venezia - VR<br>S. Mart. Buonalbergo<br>Roncà<br>Veronella | Via Mazzini, 11<br>Via Vasco De Gama, 6/C<br>Via Don Luigi Sturzo, 3<br>Via Bassone, 56<br>Via Montorio, 59/A<br>P.za del Popolo, 2<br>Via Giovanni XXIII, 6<br>Via S. Marcello, 6 | SARTORI<br>COPPIARDI<br>SABINI<br>COM.LE SONA<br>VALPOLICELLA<br>ALLA MADONNA<br>BALLADORO<br>RIZZOLO | Vallese di Oppeano<br>S. Pietro di Legnago<br>Roncanova Gazzo V.se<br>Sona<br>S. Maria di Negrar<br>Bardolino<br>Povegliano<br>S. Anna d'Alfaedo | Via Spinetti, 97<br>Via Pad. Inf. Ovest, 17<br>Via Roma, 19/21<br>P.za della Vittoria, 10<br>Via Casette, 2<br>Via Croce, 35<br>Via A. De Gasperi, 1<br>P.za V. Emanuele, 5A |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 31 OTTOBRE ALLE ORE 9:00 DEL 2 NOVEMBRE 2019

|                                                                                    |                                                                                                                          |                                                                                                                                                |                                                                             |                                                                                                                    |                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CENTRALE<br>MARTARI<br>COM.LE CHIEVO<br>GAROFOLI<br>SARTORI<br>BELLAMOLI<br>NICOLI | Centro Storico - VR<br>Borgo Trento - VR<br>Chievo - VR<br>S. Giov. Lupat.<br>Castel d'Azzano<br>Poiano - VR<br>Belfiore | P.za Erbe, 18/20<br>P.za V.Veneto, 22<br>Via Berardi, 94<br>Via Garofoli, 135/137<br>Via Marconi, 42<br>Via Poiano, 99<br>Via Monti Lessini, 4 | BIONDANI<br>INFANTI<br>BELLINI<br>ALL'ANGELO<br>COM.LE PALAZZOLO<br>FERRARI | Pressana<br>Badia Calavena<br>Asparetto di Cerea<br>Villabartolomea<br>Palazzolo di Sona<br>Valgatara Marano Valp. | Via Giovanni XXIII, 1<br>Via Battisti, 21<br>Str. Prov. 2 Isolella, 52A<br>C.so Fraccaroli, 133<br>Via IV Novembre, 46<br>Via del Lavoro, 3A |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 2 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 4 NOVEMBRE 2019

|                                                                                                           |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                            |                                                                                        |                                                                                                                                |                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CASTELVECCHIO<br>S. ANNA<br>COM.LE S. MASSIMO<br>FIORINI<br>ALL'ALBARO<br>COM.LE<br>VILLABELLA<br>PALLARO | Centro Storico - VR<br>Saval - VR<br>S. Massimo - VR<br>Raldon-S. Giov. Lupat.<br>Montorio - VR<br>Coriano V.se-Albaredo<br>Villabella S.Bonifacio<br>Montecchia di Crosara | C.so Porta Palio, 2/A<br>Via Da Mosto, 27<br>Via Don G. Trevisani, 39<br>P.za De Gasperi, 43<br>P.za Buccari, 3<br>Via Gennari, 28<br>Loc.Villabella, 24/H<br>Via Roma, 12 | BERTOLASO<br>MELA<br>S.VITO<br>COM.LE VITALBA<br>TREVENZOLI<br>ALLA MADONNA<br>MORTARI | S. Pietro di Morubio<br>Villafontana<br>S. Vito di Cerea<br>Sona<br>S. Pietro Incariano<br>Piovezzano Pastrengo<br>Villafranca | Via Kennedy, 3<br>Via Villafontana, 30<br>Via Mantova, 66<br>Via Festara, 1/A<br>Via Ingelheim, 1<br>Via Due Porte, 41/C<br>Via Pace, 29 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 4 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 6 NOVEMBRE 2019

|                                                                                                               |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                        |                                                                                                 |                                                                                                          |                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PONTE PIETRA<br>XXIV GIUGNO<br>ROMA<br>MANFRINI<br>S. GIUSEPPE<br>COM.LE QUINTO<br>AL POMO D'ORO<br>FARINELLI | Veronetta - VR<br>S. Massimo - VR<br>Borgo Roma - VR<br>Buttapietra<br>Borgo Venezia - VR<br>Quinto - VR<br>Cologna Veneta<br>Costalunga-Monteforte | Regaste Redentore, 8/C<br>Via XXIV Giugno, 32/A<br>Via Centro, 53<br>P.za Roma, 41<br>Via Spolverini, 2/H<br>Via Valpantena, 42<br>Via Cavour, 66/68<br>Via Aroldi, 25 | LESSINI<br>CROSARE<br>BOCCHI<br>COM.LE SOMMACAMP.<br>S. ROCCO<br>MADONNA d. SOCC.SO<br>PEDROTTI | Erbezzo<br>Bovolone-Crosare<br>Legnago<br>Sommacampagna<br>Pescantina<br>Torri del Benaco<br>Trevenzuolo | Via Roma, 64<br>Via Crosare, 125<br>Via Minghetti, 9<br>Via Gidino, 2<br>Via Pozze, 13/B<br>Via Gardesana, 1205<br>Via Roma, 47/A |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 6 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 8 NOVEMBRE 2019

|                                                                                                                       |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| INTERNAZIONALE<br>S. PAOLO<br>LA MIA FARMACIA<br>COSSATER<br>COM.LE CADORE<br>PORTIOLI<br>OLIVATO<br>S. PAOLO COLALTO | Centro Storico - VR<br>Veronetta - VR<br>Golosine - VR<br>S. Giov. Lupat.<br>Ponte Crencano - VR<br>Illasi<br>Cologna Veneta<br>S. Giovanni Ilarione | P.za Bra, 28<br>Via S. Vitale, 1/A<br>Via Murari Bra', 53<br>P.za Umberto I, 120<br>Via Poerio, 28/A<br>Via Dante Alighieri, 26<br>Viale del Lavoro, 1/A<br>P.za dell'Osto, 37 | BRONZOLO<br>SALIERI<br>ALL'ANGELO<br>GIUBERTONI<br>PERETTI<br>S. GIOV. BATTISTA<br>AMBROSINI | Isola Rizza<br>Legnago<br>Negrar<br>Peschiera d/Garda<br>Dossobuono<br>Erbè<br>Caprino V.se | Via L. Ferrari, 61<br>Viale dei Caduti, 69<br>Via S. Martino, 3<br>Via Milano, 22<br>Via Cavour, 86<br>Via XXV Aprile, 11<br>P.za Roma, 18 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 8 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 10 NOVEMBRE 2019

|                                                                                                                           |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                |                                                                                                            |                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| AL GIGLIO<br>REALDON<br>S. MASSIMO<br>CENT.LE S.MICHELE<br>MARTELLETTO<br>CENT.LE MARCHESIN<br>ROSSIGNOLI<br>COM.LE FAKES | Centro Storico - VR<br>S. Lucia - VR<br>S. Massimo - VR<br>S. Michele Extra - VR<br>Colognola ai Colli<br>Cologna Veneta<br>Albaro Ronco a/Adige<br>Bovolone | C.so Porta Borsari, 46<br>Via Villafranca, 48<br>Via Stanga, 4<br>Via Unità d'Italia, 120<br>Via Montanara, 32<br>P.za Garibaldi, 3<br>Via della Repubblica, 3<br>Via San Pierin, 59 | SANTA CHIARA<br>CHERUBINE<br>CENT.LE BUSSOLENGO<br>RUZZA<br>ZACCARIA<br>CAVALIERI<br>VALDADIGE | Sorgà<br>Cherubine di Cerea<br>Bussolengo<br>Peschiera d/Garda<br>Brenzzone<br>Povegliano<br>Peri di Dolcè | Via Battisti, 13<br>Via Leopardi, 18<br>P.za della Vittoria, 1<br>Via Marzan, 4<br>Via Colombo, 8<br>P.za IV Novembre, 11<br>Via Brennero, 303 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



# GUARDIA FARMACEUTICA DI VERONA E PROVINCIA

Durata di ogni turno: 48 ore (giorno e notte)



Puoi trovare i turni anche su [www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it) - [mobile.farmacieverona.it](http://mobile.farmacieverona.it) - Tel 045 8041996

## DALLE ORE 9:00 DEL 10 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 12 NOVEMBRE 2019

|                                                                                            |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                             |                                                                                                     |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| S. ZENO<br>DONADUZZI<br>S. TERESA<br>GIOVANNI XXIII<br>PACI<br>LIO<br>FRASSOLDATI<br>GALLO | S. Zeno - VR<br>Valdoneya - VR<br>Borgo Roma - VR<br>Pozzo di S. Giov. Lupat.<br>Castel d'Azzano<br>S. Michele Extra - VR<br>Soave<br>Zimella | P.za Corrubbio, 1<br>Via Marsala, 19/A<br>Via Centro, 13<br>Via Cesare Battisti, 27<br>P.za Gilardoni, 4<br>Via Unità d'Italia, 169<br>P.za Castagnedi, 9<br>Via Molini, 16 | BELLONZI<br>DELLA MADONNA<br>TREGNAGO<br>SOLDÀ<br>ARFIERO<br>S. ROCCO<br>FARINOLA<br>C.LE MONTRESOR | Mezzane di Sotto<br>Zevio<br>Salizzole<br>Roverchiara<br>Vangadizza Legnago<br>Pedemonte<br>Affi<br>Valeggio sul Mincio | Via S. Giovanni Di Dio, 5<br>P.za Marconi, 2<br>P.za Castello, 34<br>Via Roma, 42<br>Via Pellini, 25<br>Via Campostrini, 45<br>Via Danzia, 3<br>P.za V.Veneto, 11 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 12 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 14 NOVEMBRE 2019

|                                                                                                                 |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                |                                                                                                             |                                                                                                                           |                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MADONNA d/POPOLO<br>S. NAZARO<br>DEI SANTI<br>VR EST<br>S.BIAGIO<br>S. FRANCESCO<br>S. MARIA<br>SELVA DI PROGNO | Centro Storico - VR<br>Veronetta - VR<br>Cadidavid - VR<br>S. Mart. Buon Albergo<br>Colognola ai Colli<br>Locara di S. Bonifacio<br>Roveredo di Guà<br>Selva di Progno | Via Garibaldi, 20<br>Via Muro Padri, 56<br>Via Belfiore, 59<br>Viale del Lavoro, 39<br>Via Strà, 47<br>Via Fossacan, 4/C<br>Via Alighieri, 11<br>Via Trento, 2 | BACCHIELLI<br>MADONNA d/SALUTE<br>BENINCASA<br>PIETROPOLI<br>INTERN. MARCHESINI<br>COM. DOSSOBUONO<br>SILVI | Oppeano<br>Porto di Legnago<br>Bussolengo<br>Sandrà di Castelnuovo<br>Malcesine<br>Dossobuono<br>Pellegrina Isola d/Scala | Via XXVI Aprile, 18<br>Via Morgagni, 12<br>Via De Gasperi, 31<br>Via Salgari, 5<br>Via Gardesana, 149<br>Via Stazione, 34<br>Via Abetone, 85 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 14 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 16 NOVEMBRE 2019

|                                                                                                                 |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LINFÀ<br>BORGO MILANO<br>COM.LE S. ROCCO<br>COM.LE CADIDAVID<br>SAN GIOVANNI<br>GIUSTI<br>DAL COLLE<br>MAINIERI | Centro Storico - VR<br>Borgo Milano - VR<br>Quinzano - VR<br>Cadidavid - VR<br>S. Bonifacio<br>Albaredo d'Adige<br>Cazzano di Tramigna<br>Cerro Veronese | C.so Porta Nuova, 27<br>C.so Milano, 69<br>Via F. Scolastico, 33<br>Via F. Carmagnola, 36<br>Via Fiume, 59<br>P.Zza V. Emanuele, 3<br>P.za Matteotti, 41<br>P.za Alferia, 1 | SANTAMARIA<br>SEGALA<br>COM.LE MATTIOLI<br>COM.LE S. MARTINO<br>BENATI<br>PERINA<br>CENT.LE NERI<br>MAD. d. POPOLO | S. Maria di Zevio<br>Angiari<br>Maccacari di Gazzo V.se<br>Corrubbio di Negarine<br>Lazise<br>Valeggio sul Mincio<br>Isola della Scala<br>Villafranca | Via I Maggio, 8/A<br>Via Lungo Bussè, 890<br>P.za Maccacari, 66<br>Via Cedrare, 51<br>Via A. Della Scala, 56<br>Via Gottardi, 30<br>Via Spaziani, 8<br>Via Marsala, 23 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 16 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 18 NOVEMBRE 2019

|                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                  |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| AL SEMINARIO<br>PANCALDO<br>COM.LE B.go NUOVO<br>ARMANI<br>SACRA FAMIGLIA<br>COM.LE MAD. DI CAMP.<br>FRACASTORO<br>PIEROPAN<br>SS. PIETRO E PAOLO | Veronetta - VR<br>Corte Pancaldo - VR<br>Borgo Nuovo - VR<br>Golosine - VR<br>Sacra Famiglia - VR<br>Mad. di Camp. - VR<br>Prova di S. Bonifacio<br>Tregnago<br>Zevio | Via I.to Acqua Morta, 42<br>Via L. Pancaldo, 34<br>Via Taormina, 23/C<br>Via Tanaro, 11<br>Via Vigasio, 51<br>Via Monte Bianco, 1<br>Via Prova, 55/A<br>Via Battisti, 18<br>Via Altichiero, 42 | PAVAN<br>MARCOLUNGO<br>LORA<br>SEGALA<br>PUMO<br>CHIMICA ORLANDI<br>FACCI<br>COM.LE BASSINI<br>COM.LE MARTINELLI | Bonavigo<br>Nogara<br>Terrazzo<br>Bussolengo<br>Lugagnano<br>Cavaion V.se<br>Pacengo di Lazise<br>Vigasio<br>Villafranca | Via Roma, 10<br>Via Gen. Dalla Chiesa, 25<br>Via Baldini Sinistra, 18<br>Via Gardesana, 23b<br>Via Cao Del Prà, 53<br>Via Fracastoro, 1/1<br>Via Peschiera, 8<br>P.za Papa A. Luciani, 6<br>C.so V. Emanuele, 236 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 18 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 20 NOVEMBRE 2019

|                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DUE CAMPANE<br>BETTINI<br>COM.LE TOMBA<br>MADONNA d/SALUTE<br>MARCHIORI S. CROCE<br>VITTORIA<br>S. GIUSEPPE<br>ANSELMI<br>BORDOGNA | Centro Storico - VR<br>Saval - VR<br>Borgo Roma - VR<br>Madonna d.Dossobuono<br>B.go Santa Croce - VR<br>S. Mart. Buon Albergo<br>S. Bonifacio<br>Vestenanova<br>Bovolone | Via Mazzini, 52<br>Via Marin Faliero, 71<br>Via Centro, 237<br>Via Mantovana, 127/B<br>Via Villa Cozza, 28<br>Via P. Piazzola, 18/20<br>C.so Venezia, 21<br>Via Monte Grappa, 13<br>Via Garibaldi, 17 | DE STEFFANI<br>ZANONI<br>S. TERESA<br>FAPPANI<br>GARDESANA<br>S.BENEDETTO<br>DEL GARDA<br>GIOVANNINI<br>MODERNA | Cerea<br>Porto di Legnago<br>Caselle Sommacamp.<br>Arbizzano<br>Castelnuovo del Garda<br>Peschiera d/Garda<br>Garda<br>Mozzecane<br>Isola della Scala | P.za Matteotti, 5<br>Via Mazzini, 2<br>Via Scuole, 25<br>Via Valpolicella, 46<br>Via Montini, 2<br>Via Bell'Italia, 47<br>C.so Italia, 78<br>Via C. Montanari, 39<br>Via Garibaldi, 1 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 20 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 22 NOVEMBRE 2019

|                                                                                                                 |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                               |                                                                                  |                                                                                                          |                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ALLA CONCEZIONE<br>PADOVANI<br>S. LUCIA<br>FITTÀ<br>ANTICHE TERME<br>CENT.LE TESSARI<br>COM.LE GAZZOLO<br>TURRI | Veronetta - VR<br>Borgo Trento - VR<br>S. Lucia - VR<br>S. Giov. Lupat.<br>Caldiero<br>Soave<br>Gazzolo di Arcole<br>Velo Veronese | Via S. Nazaro, 71<br>Via Mameli, 39<br>Via Mantovana, 62/A<br>P.za Umberto I, 57<br>Via Strà, 50<br>P.za al Combattente, 1<br>Via Casalveghe, 10<br>P.za della Vittoria, 12/A | ZANZONI<br>MAZZON<br>TITTON<br>DONATO<br>DEI COLLI VERONESI<br>FERRON<br>SARTORI | Concamarise<br>Legnago<br>S.Vito di Bussolengo<br>Sommacampagna<br>Negrar<br>Vigasio<br>Pesina - Caprino | Via Capitello, 24<br>Via Casette, 16<br>Via Piemonte, 81/B<br>Via Osteria Grande, 26<br>Viale Europa, 3<br>Via Risorgimento, 2/A<br>Via S. Luigi, 175 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 22 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 24 NOVEMBRE 2019

|                                                                              |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                        |                                                                                             |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| COGHI<br>COM.LE GOLOSINE<br>FONGARO<br>VANZAN<br>RAUCO<br>SALUS<br>ALBERTINI | Borgo Trento - VR<br>Golosine - VR<br>Biondella - VR<br>S. Pietro di Lavagno<br>S. Stefano di Zimella<br>S. Giovanni Ilarione<br>Cerea | Via IV Novembre, 11<br>Via Po, 8<br>Via Cipolla, 11<br>Via Fontana, 44<br>Via Martiri d. Libertà, 76<br>Viale dell'Industria, 72<br>Via Municipio, 4/A | S. NICOLA<br>CAVALCASELLE<br>FIORI<br>BRAGHETTA<br>FORETTE S. MARTINO<br>PARMIANI<br>AGOSTI | Castagnaro<br>Cavalcaselle<br>Prun di Negrar<br>S. Ambrogio di Valpol.<br>Vigasio - Forette<br>Quaderni di Villafranca<br>Caprino V.se | Via Dante Alighieri, 200<br>Via XX Settembre, 99<br>Via Aleardi, 3<br>Via G. Matteotti, 10/A<br>Via Custozza, 2/A<br>Via De Amicis, 22<br>P.za S. Marco, 4 |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



# GUARDIA FARMACEUTICA DI VERONA E PROVINCIA

Durata di ogni turno: 48 ore (giorno e notte)



Puoi trovare i turni anche su [www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it) - [mobile.farmacieverona.it](http://mobile.farmacieverona.it) - Tel 045 8041996

## DALLE ORE 9:00 DEL 24 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 26 NOVEMBRE 2019

|                       |                     |                          |                    |                       |                        |
|-----------------------|---------------------|--------------------------|--------------------|-----------------------|------------------------|
| <b>S. ANASTASIA</b>   | Centro Storico - VR | Via Massalongo, 3/C      | <b>DANI</b>        | Palù                  | Via Roma, 16           |
| <b>COM.LE OLIMPIA</b> | Stadio - VR         | Via Palladio, 61         | <b>BOSELLI</b>     | Caselle di Nogara     | Via Costa, 4           |
| <b>ZAI</b>            | Zai - VR            | L.go Perlar, 12          | <b>PIEROPAN</b>    | Minerbe               | Via Roma, 1            |
| <b>DELLA PUNTA</b>    | S. Giov. Lupat.     | Via Marconi, 22          | <b>DETOMI</b>      | Carpi Villabartolomea | Via Maestrello, 26     |
| <b>SOPRANA</b>        | Parona - VR         | L.go Stazione Vecchia, 6 | <b>BRAGHETTA</b>   | Fumane                | Viale Verona, 71       |
| <b>CECCHERELLI</b>    | Borgo Trieste - VR  | Via Pisano, 51           | <b>CASTELNUOVO</b> | Castelnuovo D/Garda   | P.za della Libertà, 10 |
| <b>AL REDENTORE</b>   | S. Bonifacio        | P.za Costituzione, 21    | <b>AL GIGLIO</b>   | Villafranca           | C.so V. Emanuele, 222  |
| <b>DELL'ASSUNTA</b>   | Grezzana            | Via Roma, 43             | <b>RIZZOTTI</b>    | Rivoli Veronese       | Via Vigo, 4            |

## DALLE ORE 9:00 DEL 26 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 28 NOVEMBRE 2019

|                           |                        |                           |                     |                        |                           |
|---------------------------|------------------------|---------------------------|---------------------|------------------------|---------------------------|
| <b>COM.LE GRATTACIELO</b> | Centro Storico - VR    | P.za Santo Spirito, 2/B   | <b>ISALBERTI</b>    | Bovolone               | P.za V. Emanuele, 15      |
| <b>BURRI</b>              | Borgo Trento - VR      | Via Mameli, 4             | <b>FIDES</b>        | Casaleone              | Via V.Veneto, 43          |
| <b>COM.LE PALAZZINA</b>   | Palazzina - VR         | Via S. Giov. Lupat., 22/B | <b>ORLANDO</b>      | Boschi S. Anna         | Via Caseggiato, 5         |
| <b>SS. REDENTORE</b>      | Marchesino Buttapietra | Via Monte Carega, 4       | <b>S. VALENTINO</b> | Bussolengo             | L.go S. D'Acquisto, 16/17 |
| <b>S. ANTONIO</b>         | Borgo Venezia - VR     | Via Colonello Fincato, 66 | <b>SANT'ANNA</b>    | Calmasino di Bardolino | Via Verona, 63            |
| <b>RIZZINI</b>            | Monteforte d'Alpone    | Via V.Veneto, 22          | <b>MERCANTI</b>     | Rizza di Villafranca   | Strada La Rizza, 208      |
| <b>S. STEFANO</b>         | Stallavena/Grezzana    | Via Chiesuola, 1/A        | <b>COSTABELLA</b>   | S. Zeno di Montagna    | Loc. Ca' Montagna, 13     |
| <b>NARDI</b>              | Ronco all'Adige        | Viale V.Veneto, 10        |                     |                        |                           |

## DALLE ORE 9:00 DEL 28 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 30 NOVEMBRE 2019

|                       |                       |                       |                       |                       |                           |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------|
| <b>S. FERMO</b>       | Centro Storico - VR   | Stradone S. Fermo, 40 | <b>STORI</b>          | Sanguinetto           | Via Battisti, 124         |
| <b>BORGO ANTICO</b>   | Avesa - VR            | Via Podgora, 16 B     | <b>ZERBINATO</b>      | Bevilacqua            | Via Roma, 239             |
| <b>BACCHINI</b>       | Borgo Roma - VR       | Via Giuliani, 23      | <b>LUGAGNANO</b>      | Lugagnano             | Via Pelacane, 16 A        |
| <b>GHIAIA</b>         | Castel d'Azzano       | Via Mascagni, 77      | <b>SETTIMO MIGLIO</b> | Settimo di Pescantina | Via Bertoldi, 84          |
| <b>GIAROLO</b>        | S. Michele Extra - VR | Via A. Fedeli, 50     | <b>COSTERMANO</b>     | Costermano            | Viale della Repubblica, 2 |
| <b>ZORZI</b>          | Arcole                | Via Padovana, 104     | <b>SALIONZE</b>       | Salionze Valeggio S/M | Via del Garda, 34         |
| <b>S. APOLLINARE</b>  | Lugo di Grezzana      | Via Bombieri, 16      | <b>S. LEONARDO</b>    | Pradelle Nog.le Rocca | Via IX Maggio, 38         |
| <b>COM.LE BARIONI</b> | Ca' d'Oppi-Oppeano    | Via Croce, 93         |                       |                       |                           |

## DALLE ORE 9:00 DEL 30 NOVEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 2 DICEMBRE 2019

|                     |                          |                       |                     |                       |                         |
|---------------------|--------------------------|-----------------------|---------------------|-----------------------|-------------------------|
| <b>MARTINI</b>      | Centro Storico - VR      | Via Stella, 9         | <b>SARTORI</b>      | Vallese di Oppeano    | Via Spinetti, 97        |
| <b>S. PANCRAZIO</b> | Porto S. Pancrazio - VR  | Via Galilei, 70       | <b>SABINI</b>       | Roncanova Gazzo V.se  | Via Roma, 19/21         |
| <b>S. MARCO</b>     | Borgo Milano - VR        | Via A. Gramsci, 6     | <b>COPPIARDI</b>    | S. Pietro di Legnago  | Via Pad. Inf. Ovest, 17 |
| <b>POZZO</b>        | Pozzo di S. Giov. Lupat. | Via XXIV Maggio, 16   | <b>COM.LE SONA</b>  | Sona                  | P.za della Vittoria, 10 |
| <b>MONTANARI</b>    | Vago di Lavagno          | Via Copernico, 5      | <b>BALCONI</b>      | Balconi di Pescantina | Via Brennero, 71/B      |
| <b>BASSETTO</b>     | Veronella                | Via S. Marcello, 6    | <b>ALLA MADONNA</b> | Bardolino             | Via Croce, 35           |
| <b>MAGAGNOTTO</b>   | Roncà                    | Via Giovanni XXIII, 6 | <b>BALLADORO</b>    | Povegliano            | Via A. De Gasperi, 1    |
| <b>LESSINIA</b>     | Boscochiesanuova         | P.za della Chiesa, 25 |                     |                       |                         |

## DALLE ORE 9:00 DEL 2 DICEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 4 DICEMBRE 2019

|                 |                      |                       |                         |                    |                            |
|-----------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|--------------------|----------------------------|
| <b>S. FERMO</b> | Centro Storico - VR  | Stradone S. Fermo, 40 | <b>BIONDANI</b>         | Pressana           | Via Giovanni XXIII, 1      |
| <b>PALLADIO</b> | Stadio - VR          | Via Albere, 63        | <b>S. NICOLÒ</b>        | Roverè             | P.za V. Emanuele, 32       |
| <b>SOAVE</b>    | S. Massimo - VR      | via s. Lucillo, 8     | <b>BELLINI</b>          | Asparetto di Cerea | Str. Prov. 2 Isollela, 52A |
| <b>SARTORI</b>  | Castel d'Azzano      | Via Marconi, 42       | <b>ALL'ANGELO</b>       | Villabartolomea    | C.so Fraccaroli, 133       |
| <b>POMARI</b>   | S. Mart. Buonalbergo | Via Nazionale, 9/B    | <b>COM.LE PALAZZOLO</b> | Palazzolo di Sonà  | Via IV Novembre, 46        |
| <b>NICOLI</b>   | Belfiore             | Via Monti Lessini, 4  | <b>DOMEGLIARA</b>       | Domegliara         | Via Del Pontiere, 2A       |

## DALLE ORE 9:00 DEL 4 DICEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 6 DICEMBRE 2019

|                        |                         |                         |                       |                      |                      |
|------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------|----------------------|
| <b>S. TOMIO</b>        | Centro Storico - VR     | Via Mazzini, 11         | <b>BERTOLASO</b>      | S. Pietro di Morubio | Via Kennedy, 3       |
| <b>PONTE CATENA</b>    | Zona Navigatori - VR    | Via Vasco De Gama, 6/C  | <b>MELA</b>           | Villafontana         | Via Villafontana, 30 |
| <b>DELL'IMMACOLATA</b> | S. Marco - VR           | Via Don Luigi Sturzo, 3 | <b>S.VITO</b>         | S. Vito di Cerea     | Via Mantova, 66      |
| <b>CAPRI</b>           | Bassona - VR            | Via Bassone, 56         | <b>COM.LE VITALBA</b> | Sona                 | Via Festara, 1/A     |
| <b>S. CHIARA</b>       | Borgo Venezia - VR      | Via Montorio, 59/A      | <b>VAMPOLICELLA</b>   | S. Maria di Negrar   | Via Casette, 2       |
| <b>NIGRI</b>           | S. Mart. Buonalbergo    | P.za del Popolo, 2      | <b>ALLA MADONNA</b>   | Piovezzano Pastrengo | Via due Porte, 41/C  |
| <b>COMUNALE</b>        | Coriano V.se-Albaredo   | Via Gennari, 28         | <b>MORTARI</b>        | Villafranca          | Via Pace, 29         |
| <b>VILLABELLA</b>      | Villabella S. Bonifacio | Loc. Villabella, 24/H   | <b>RIZZOLO</b>        | S. Anna d'Alfaedo    | P.za V. Emanuele, 5A |

## DALLE ORE 9:00 DEL 6 DICEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 8 DICEMBRE 2019

|                      |                       |                       |                           |                        |                     |
|----------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------|------------------------|---------------------|
| <b>CENTRALE</b>      | Centro Storico - VR   | P.za Erbe, 18/20      | <b>INFANTI</b>            | Badia Calavena         | Via Battisti, 21    |
| <b>MARTARI</b>       | Borgo Trento - VR     | P.za V.Veneto, 22     | <b>CROSARE</b>            | Bovolone-Crosare       | Via Crosare, 125    |
| <b>COM.LE CHIEVO</b> | Chievo - VR           | Via Berardi, 94       | <b>BOCCHI</b>             | Legnago                | Via Minghetti, 9    |
| <b>MANFRINI</b>      | Buttapietra           | P.za Roma, 41         | <b>COM.LE SOMMACAMP.</b>  | Sommacampagna          | Via Gidino, 2       |
| <b>GAROFOLI</b>      | S. Giov. Lupat.       | Via Garofoli, 135/137 | <b>FERRARI</b>            | Valgatara Marano Valp. | Via del Lavoro, 3A  |
| <b>BELLAMOLI</b>     | Poiano - VR           | Via Poiano, 99        | <b>MADONNA D. SOCC.SO</b> | Torri del Benaco       | Via Gardesana, 1205 |
| <b>AL POMO D'ORO</b> | Cologna Veneta        | Via Cavour, 66/68     | <b>PEDROTTI</b>           | Treventuolo            | Via Roma, 47 A      |
| <b>FARINELLI</b>     | Costalunga Monteforte | Via Aroldi, 25        |                           |                        |                     |



# GUARDIA FARMACEUTICA DI VERONA E PROVINCIA

Durata di ogni turno: 48 ore (giorno e notte)



Puoi trovare i turni anche su [www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it) - [mobile.farmacieverona.it](http://mobile.farmacieverona.it) - Tel 045 8041996

## DALLE ORE 9:00 DEL 8 DICEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 10 DICEMBRE 2019

|                                                                                                                 |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                     |                                                                                                          |                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CASTELVECCHIO</b><br>S. ANNA<br>COM.LE S. MASSIMO<br>FIORINI<br>ALL'ALBARO<br>PORTIOLI<br>OLIVATO<br>PALLARO | Centro Storico - VR<br>Saval - VR<br>S. Massimo - VR<br>Raldon di S. Giov. Lupat.<br>Montorio - VR<br>Illasi<br>Cologna Veneta<br>Montecchia di Crosara | C.so Porta Palio, 2/A<br>Via Da Mosto, 27<br>Via Don G. Trevisani, 39<br>P.za De Gasperi, 43<br>P.za Buccari, 3<br>Via Dante Alighieri, 26<br>Viale del Lavoro, 1/A<br>Via Roma, 12 | <b>BRONZOLO</b><br>SALIERI<br>TREVENZOLI<br>GIUBERTONI<br>PERETTI<br>S. GIOV. BATTISTA<br>AMBROSINI | Isola Rizza<br>Legnago<br>S. Pietro Incariano<br>Peschiera d/Garda<br>Dossobuono<br>Erbè<br>Caprino V.se | Via L. Ferrari, 61<br>Viale dei Caduti, 69<br>Via Ingelheim, 1<br>Via Milano, 22<br>Via Cavour, 86<br>Via XXV Aprile, 11<br>P.za Roma, 18 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 10 DICEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 12 DICEMBRE 2019

|                                                                                                                           |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                          |                                                                                                              |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PONTE PIETRA</b><br>XXIV GIUGNO<br>ROMA<br>S. GIUSEPPE<br>COM.LE QUINTO<br>MARTELLETTO<br>CENT.LE MARCHESIN<br>LESSINI | Veronetta - VR<br>S. Massimo - VR<br>Borgo Roma - VR<br>Borgo Venezia - VR<br>Quinto - VR<br>Colognola ai Colli<br>Cologna Veneta<br>Erbezzo | Regaste Redentore, 8/C<br>Via XXIV Giugno, 32/A<br>Via Centro, 53<br>Via Spolverini, 2/H<br>Via Valpantena, 42<br>Via Montanara, 32<br>P.za Garibaldi, 3<br>Via Roma, 64 | <b>ROSSIGNOLI</b><br>COM.LE FAKES<br>SANTA CHIARA<br>CHERUBINE<br>S. ROCCO<br>RUZZA<br>ZACCARIA<br>CAVALIERI | Albaro Ronco a/Adige<br>Bovolone<br>Sorgà<br>Cherubine di Cerea<br>Pescantina<br>Peschiera d/Garda<br>Brenzono<br>Povegliano | Via della Repubblica, 3<br>Via San Pierin, 59<br>Via Battisti, 13<br>Via Leopardi, 18<br>Via Pozze, 13/B<br>Via Marzan, 4<br>Via Colombo, 8<br>P.za IV Novembre, 11 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 12 DICEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 14 DICEMBRE 2019

|                                                                                                                   |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>INTERNAZIONALE</b><br>S. PAOLO<br>LA MIA FARMACIA<br>COSSATER<br>PACI<br>COM.LE CADORE<br>FRASSOLDATI<br>GALLO | Centro Storico - VR<br>Veronetta - VR<br>Golosine - VR<br>S. Giov. Lupat.<br>Castel d'Azzano<br>Ponte Crencano - VR<br>Soave<br>Zimella | P.za Bra, 28<br>Via S. Vitale, 1/A<br>Via Murari Bra', 53<br>P.za Umberto I, 120<br>P.za Gilardoni, 4<br>Via Poerio, 28/A<br>P.za Castagnedi, 9<br>Via Molini, 16 | <b>S. PAOLO COLALTO</b><br>DELLA MADONNA<br>SOLDÀ<br>TREGNAGO<br>ARFIERO<br>ALL'ANGELO<br>FARINOLA<br>C.LE MONTRESOR | S. Giovanni Ilarione<br>Zevio<br>Roverchiara<br>Salizzole<br>Vangadizza Legnago<br>Negrar<br>Affi<br>Valeggio sul Mincio | P.za dell'Osto, 37<br>P.za Marconi, 2<br>Via Roma, 42<br>P.za Castello, 34<br>Via Pellini, 25<br>Via S. Martiro, 3<br>Via Danzia, 3<br>P.za V. Veneto, 11 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 14 DICEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 16 DICEMBRE 2019

|                                                                                                                        |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                              |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>AL GIGLIO</b><br>S. MASSIMO<br>REALDON<br>CENT.LE S. MICHELE<br>S. BIAGIO<br>S. FRANCESCO<br>S. MARIA<br>BACCHIELLI | Centro Storico - VR<br>S. Massimo - VR<br>S. Lucia - VR<br>S. Michele Extra - VR<br>Colognola ai Colli<br>Locara di S. Bonifacio<br>Roveredo di Guà<br>Oppeano | C.so Porta Borsari, 46<br>Via Stanga, 4<br>Via Villafranca, 48<br>Via Unità d'Italia, 120<br>Via Stra', 47<br>Via Fossacan, 4/C<br>Via Alighieri, 11<br>Via XXVI Aprile, 18 | <b>MADONNA d/SALUTE</b><br>CENT.LE BUSSOLENGO<br>PIETROPOLI<br>INTERN. MARCHESINI<br>COM.LE DOSSOBUONO<br>SILVI<br>VALDADIGE | Porto di Legnago<br>Bussolengo<br>Sandra di Castelnuovo<br>Malcesine<br>Dossobuono<br>Pellegrina Isola d/Scala<br>Peri di Dolcè | Via Morgagni, 12<br>P.za della Vittoria, 1<br>Via Salgari, 5<br>Via Gardesana, 149<br>Via Stazione, 34<br>Via Abetone, 85<br>Via Brennero, 303 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 16 DICEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 18 DICEMBRE 2019

|                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                           |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>S. ZENO</b><br>DONADUZZI<br>S. TERESA<br>GIOVANNI XXIII<br>LIO<br>SAN GIOVANNI<br>DAL COLLE<br>GIUSTI<br>BELLONZI | S. Zeno - VR<br>Valdonega - VR<br>Borgo Roma - VR<br>Pozzo di S. Giov. Lupat.<br>S. Michele Extra - VR<br>S. Bonifacio<br>Cazzano di Tramigna<br>Albaredo d'Adige<br>Mezzane di Sotto | P.za Corrubbio, 1<br>Via Marsala, 19/A<br>Via Centro, 13<br>Via Cesare Battisti, 27<br>Via Unità d'Italia, 169<br>Via Fiume, 59<br>P.za Matteotti, 41<br>P.zza V. Emanuele, 3<br>Via S. Giovanni Di Dio, 5 | <b>SANTAMARIA</b><br>COM.LE<br>SEGALA<br>S. ROCCO<br>BENATI<br>PERINA<br>MADONNA d/POPOLO<br>CENT.LE NERI | S. Maria di Zevio<br>Maccacari Gazzo V.se<br>Angiari<br>Pedemonte<br>Lazise<br>Valeggio sul Mincio<br>Villafranca<br>Isola della Scala | Via I Maggio, 8/A<br>P.za Maccacari, 66<br>Via Lungo Bussè, 890<br>Via Campostrini, 45<br>Via A. Della Scala, 56<br>Via Gottardi, 30<br>Via Marsala, 23<br>Via Spaziani, 8 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## DALLE ORE 9:00 DEL 18 DICEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 20 DICEMBRE 2019

|                                                                                                                                   |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                          |                                                                                                              |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>MADONNA d. POPOLO</b><br>S. NAZARO<br>DEI SANTI<br>VR EST<br>FRACASTORO<br>SELVA DI PROGNO<br>SS. PIETRO E PAOLO<br>MARCOLUNGO | Centro Storico - VR<br>Veronetta - VR<br>Cadidavid - VR<br>S. Mart. Buonalbergo<br>Prova di S. Bonifacio<br>Selva di Progno<br>Zevio<br>Nogara | Via Garibaldi, 20<br>Via Muro Padri, 56<br>Via Belfiore, 59<br>Viale del Lavoro, 39<br>Via Prova, 55/A<br>Via Trento, 2<br>Via Altichiero, 42<br>Via G. Dalla Chiesa, 25 | <b>PAVAN</b><br>LORA<br>BENINCASA<br>PUMO<br>CHIMICA ORLANDI<br>FACCI<br>COM.LE MARTINELLI<br>COM.LE BASSINI | Bonavigo<br>Terrazzo<br>Bussolengo<br>Lugagnano<br>Cavaion V.se<br>Pacengo di Lazise<br>Villafranca<br>Vigasio | Via Roma, 10<br>Via Baldini Sinistra, 18<br>Via De Gasperi, 31<br>Via Cao Del Prà, 53<br>Via Fracastoro, 1/1<br>Via Peschiera, 8<br>C.so V. Emanuele, 236<br>P.za Papa A. Luciani, 6 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Federfarma Verona ricorda a tutti gli utenti della farmacia il servizio  
 "Farmaco Pronto" offerto gratuitamente ai residenti e ai turisti  
 durante gli orari della Guardia Medica  
 telefonando al numero 045 509892



# Numeri Utili



## 118

118  
Emergenza  
Sanitaria

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMAVERONA**



045 8041996  
Farmacie di Turno  
[www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it)

**FARMACO  
PRONTO**



045 509892  
Emergenza  
Farmaci



045 8201947  
Guardia Medica  
Veterinaria

**C.A.V.** Centro Antiveneni Veneto 800 011 858 Ospedale Borgo Trento AOUI

## H Ospedali con Pronto Soccorso in città e provincia

Verona AOUI  
Borgo Trento  
Borgo Roma  
045 8121111

S. Bonifacio

045 6138111

Legnago

0442 632111

Villafranca

045 6338111

Peschiera

045 6449250

Negrar

045 6013111

Bussolengo

045 6712111



### Punti di primo intervento

Ospedale di Bovolone 045 6999311

Ospedale di Malcesine 045 6589311



### Guardia Medica (Continuità assistenziale)

Azienda Ulss 9 Scaligera (Distretti 1-2-3-4 copertura provinciale)

Notturna dalle 20.00 alle 8.00 - Prefestiva dalle 10.00 - Festiva fino alle 8.00 del giorno feriale successivo

#### + Distretto 1 (ex Ulss 20) - numero di telefono 045 7614565

**VERONA CENTRO** via Bramante, 15 (Zona Stadio)

**VERONA EST** piazzale Lambranzi c/o Ospedale di Marzana

#### + Distretto 2 (ex Ulss 20) - numero di telefono 045 7614565

**VERONA SUD** via Rovigo, 2/B - Verona - accesso auto da via Legnago

**TREGNAGO** via Massalongo, 7 presso Centro Sanitario Polifunzionale

**SAN GIOVANNI ILARIONE** via degli Alpini, 12

**SAN BONIFACIO** via Circonvallazione - c/o Ospedale sotto Pronto Soccorso

**COLOGNA VENETA** via Rinascimento - c/o Centro Sanitario Polifunzionale



**+ DISTRETTO 3 (ex Aulss 21) - numero di telefono 0442 622000**

**ZEVIO** via Chiarenzi, 3 - c/o Ospedale Riabilitativo "L. Chiarenzi"

**BOVOLONE** piazzale Fleming, 1- c/o Ospedale "San Biagio"

**NOGARA** via Raffa, 21 c/o Centro Sanitario Polifunzionale Ospedale "Stellini"

**LEGNAGO** c/o ospedale via Pasubio - a fianco del Pronto Soccorso

**+ DISTRETTO 4 (ex Ulss 22) - numero di telefono 045 6338666**

**VILLAFRANCA** via Ospedale, 2 - c/o Ospedale

**ISOLA DELLA SCALA** via Roma, 60 - c/o Ospedale

**MALCESINE** via Gardesana, 57 c/o Ospedale

**SAN PIETRO IN CARIANO** via Beethoven, 16 - c/o Casa di Riposo ICSS

**SOMMACAMPAGNA** via Matteotti, 3 c/o Casa di Riposo "G. Campostrini"

**BUSSOLENGO** via Ospedale, 28 c/o sede Aulss 9 Scaligera

**CAPRINO VERONESE** via Cappuccini - c/o Centro Sanitario Polifunzionale

**VALEGGIO SUL MINCIO** via S. M. Crocefissa Di Rosa - c/o Centro Polifunzionale

**CASTELNUOVO DEL GARDA** via Gianfilippi, 1 c/o Casa di Riposo "Anni d'Argento"



045 6013324  
Centro Malattie  
Tropicali  
Don Calabria



045 8622235  
Dipartimento  
Dipendenze  
Ulss 9 Scaligera



114  
Servizio Emergenza  
Infanzia



045 8000220  
Centro Diritti  
del Malato



338 1519010  
Tribunale  
del Malato



045 8015831  
Telefono Rosa  
Verona



# I VIRUS NON MI PIACCIONO NEPPURE SUL WEB



PROTEGGI TE STESSO E GLI ALTRI USA IL PRESERVATIVO.

#HIVriguardatutti

\*Telefono Verde AIDS e infezioni sessualmente trasmesse 800.861061\* - [www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)



*Ministero della Salute*

Dalla Ricerca Scientifica Specchiasol

# ansiolev

## E L'ATTACCO NON TI FA PIÙ PAURA



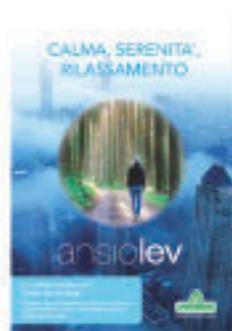
La tua calma,  
la tua serenità,  
il tuo rilassamento



*Azione rapida*



Vuoi ricevere in omaggio la guida  
CALMA, SERENITÀ, RILASSAMENTO?  
Visita il nostro sito [specchiasol.it](http://specchiasol.it)



DISPONIBILE IN ERBORISTERIA, FARMACIA E PARAFARMACIA

[www.specchiasol.it](http://www.specchiasol.it) | Seguidi su     

  
**SPECCHIASOL**  
Natura Scienza Salute

Risorse: l'importanza di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano.  
Prima dell'uso leggere le avvertenze riportate sull'astuccio.