

# Pilliole

LA RIVISTA DELLA TUA FARMACIA

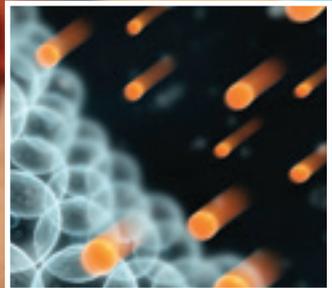
## Estate protetta in farmacia

Contro pandemia e  
rischio melanoma

CON TUTTI  
I TURNI FINO  
A SETTEMBRE 2021



**Federfarma**  
**Colonna**  
**“Speciale”**



**Ossidazione**  
**Stress per**  
**tutto il corpo**



**Animali**  
**Sì ai farmaci**  
**uso umano**



Fondazione  
ARENA DI VERONA®

# ARENA DI VERONA

## 98° OPERA FESTIVAL 2021

— dal 19 giugno al 4 settembre —

Con il patrocinio del



MINISTERO  
DELLA  
CULTURA

Giuseppe Verdi  
150° Anniversario

1871 **AIDA** 2021

in forma di concerto  
**Riccardo Muti**  
19. 22 giugno

### OPERA

**Cavalleria rusticana** • Pietro Mascagni  
**Pagliacci** • Ruggero Leoncavallo  
25 giugno | 2. 22. 31 luglio | 14 agosto

**Aida** • Giuseppe Verdi  
26 giugno | 1. 9. 15. 21 luglio  
4. 8. 12. 21. 27 agosto | 4 settembre

**Nabucco** • Giuseppe Verdi  
3. 17. 24 luglio | 6. 13. 20. 26 agosto | 1 settembre

**La Traviata** • Giuseppe Verdi  
10. 16. 23 luglio | 7. 19 agosto | 2 settembre

**Turandot** • Giacomo Puccini  
29 luglio | 1. 5. 28 agosto | 3 settembre

### GALA

Verdi  
**Requiem**  
18 luglio

**Domingo Opera Night**  
30 luglio

**Roberto Bolle and Friends**  
3 agosto

**Jonas Kaufmann**  
Gala Event  
17 agosto

**IX Sinfonia di Beethoven**  
22 agosto

**NUOVI ALLESTIMENTI DELLA FONDAZIONE ARENA DI VERONA**  
ORCHESTRA, CORO, BALLO E TECNICI DELLA FONDAZIONE ARENA DI VERONA

Maestro del Coro **Vito Lombardi**

Direttore allestimenti scenici **Michele Olcese**

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



Major Partner



Automotive Partner



Official Sponsor

**CALZEDONIA**

Mobility Partner



Media Partner





## Estate più sicura grazie alle farmacie

Siamo arrivati finalmente alla fine di una stagione difficile caratterizzata dall'alternanza inquietante dei "colori delle regioni" ed ancora tanta incertezza sul futuro della società. Per fortuna, però, stiamo assistendo alla più grande campagna vaccinale di tutti i tempi e saranno proprio i vaccini a darci la certezza che possiamo uscire dalla pandemia.

Le **farmacie** hanno perseverato nel loro quotidiano impegno sociale e civile rappresentando, di fatto, un **punto fermo e importante nello scenario della Sanità pubblica**. Da mesi eseguono servizi aggiuntivi e fondamentali come la prenotazione delle vaccinazioni e l'esecuzione dei tamponi rapidi antigenici, tracciati attraverso la piattaforma della Regione Veneto ed ora finalmente, grazie ad una implementazione informatica, referatati anche in lingua inglese.

Si è poi chiuso un importante **accordo tra Federfarma e Federalberghi** per poter eseguire i test rapidi nelle farmacie territoriali di tutta la regione anche ai turisti non in possesso di codice fiscale o tessera sanitaria, realizzando così un progetto straordinario di contenimento e monitoraggio del contagio da Covid 19, nonché di **promozione di un elevato livello di sicurezza per la popolazione**, intesa sia come residenti sia come turisti in transito nella nostra meravigliosa provincia. Un atto di responsabilità e di impegno sociale che coinvolge in prima persona le farmacie nella **ripartenza economica in sicurezza del settore turistico**, che rappresenta un indotto davvero importante per la nostra realtà.

Inoltre, le **farmacie, ed i professionisti** che vi operano, hanno risposto ad una significativa chiamata alle armi dando la propria disponibilità a divenire **sedes vaccinali e "farmacisti vaccinatori"** previa una consistente fase formativa promossa dall'Ordine dei Farmacisti in sinergia con l'Azienda Ulss 9 Scaligera. Una rete, dunque, di professionisti, una sorta di **patto di comunità** per fare fronte ad un'unica grande comune necessità: uscire il prima possibile da questa pandemia.

Le farmacie sono pronte e i farmacisti sono, come sempre, a disposizione dei cittadini oggi più che mai, impegnati nella corsa verso l'obiettivo della normalità.

Dott.ssa Elena Vecchioni  
Presidente di Federfarma Verona

## PILLOLE

**La rivista della  
tua Farmacia**

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

### Editore:

Federfarma Verona

### Presidente:

Elena Vecchioni

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

Elena Vecchioni, Gianmarco Padovani,  
Matteo Vanzan, Martina Trittoni,  
Claudia Sabini, Marcello Bacchielli,  
Paola Fiocco, Stephane Giarolo,  
Stefano Pacenti, Nadia Segala,  
Daniela Vaccari

### Direttore responsabile:

Nicoletta Fattori

e-mail: [fattori.pillole@email.it](mailto:fattori.pillole@email.it)

### Redazione:

Telefono 045.591342

### Editing:

Area Scripta - Verona

### Per la pubblicità:

Federfarma Verona

[info@federfarmaverona.it](mailto:info@federfarmaverona.it)

telefono 045.594774

### Hanno collaborato a questo numero:

Stefano Bellini, Elisabetta Crobetti,  
Davide Calcinato, Lorenzo Dani,  
Francesca Guernieri, Clizia Dani,

### Progetto grafico:

ConTesto Editore scarl

### Fotografie:

Redazione *Pillole*,  
Ufficio stampa Federfarma Verona  
Adobe Stock

### Foto di copertina:

Adobe Stock

### ClipArt:

Debby

Registrazione  
del Tribunale C.P. di Verona,  
nr 1610 del 23 settembre 2004

La tiratura di questo numero  
è stata di 26.200 copie

**Stampa:** Unidea (Verona)

## Mission



Il Consiglio Direttivo di Federfarma Verona

PILLOLE è il Free Press trimestrale di Federfarma Verona a carattere scientifico-divulgativo e di facile lettura che viene distribuito nelle 251 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 giornale (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. Il 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

- Servizi contro il Covid in crescita in farmacia
- Federfarma “Colonna speciale” dell’Arena
- Rischio sole per le pelli alipidiche
- Quando le cellule si ossidano
- Occhi da salvaguardare
- Ragazzi “blu” con il sorriso
- Celiachia dematerializzata
- Buoni spesa in farmacia
- Regione Veneto: novità per l’epilessia
- Truffe agli anziani serve sinergia



## SALUTE

Smettere di fumare si può

Combattere le zanzare “in” farmacia



## BAMBINI

Stress tossico da isolamento pandemico



## BENESSERE

Anziani: *Alzheimer: metodo positivo*

Sport: *Benefici della camminata acquatica*

Animali: *Farmaci umani ad uso veterinario*

## INFORMAZIONI UTILI

Farmacie di turno

Numeri di emergenza



# Servizi in crescita

Continuano ad incrementarsi **nelle farmacie territoriali i servizi alla cittadinanza mirati al controllo e al contenimento del contagio.**

Ai **tamponi rapidi** con documentazione ufficiale anche in inglese validi per l'espatrio di chi vive in Italia si sono aggiunti quelli, sempre **certificati e tracciati, rivolti a turisti e lavoratori stranieri** che non hanno la tessera sanitaria.

I test sono necessari alla **ripartenza economica di Verona e del Veneto.**

Accordo **Federfarma-Federalberghi** per la massima capillarità di monitoraggio.

In attesa del capitolo dedicato al Covid i **farmacisti hanno intanto concluso la formazione per la somministrazione dei vaccini antinfluenzali**

di Stefano Bellini

**N**on si ferma la "macchina anti Covid" che vede le farmacie territoriali punto di riferimento per la cittadinanza.

Ai test antigenici rapidi Covid-19 con certificazioni in italiano già attivi dall'inizio dell'anno, si sono aggiunti quelli con documentazione in inglese valida per l'espatrio dei cittadini italiani e adesso anche quelle per i cittadini stranieri, lavoratori e turisti, che non sono in possesso della tessera sanitaria italiana. Per tutti il **costo calmierato è di 22 euro** nelle farmacie veronesi come in quelle dell'intero territorio regionale con la possibilità da parte dei farmacisti stessi ad eseguire il prelievo grazie alla formazione professionale e successiva abilitazione

riconosciuta dalla Regione Veneto.

È da sottolineare che tutti i test rapidi effettuati in farmacia ai **cittadini asintomatici**, oltre ad essere ufficialmente certificati e utilizzabili quindi per ogni uso richiesto dalla legge come **vacanze o partecipazione a cerimonie e ritrovi**, rientrano nella tracciatura regionale e nazionale che permette alla Sanità pubblica di effettuare i monitoraggi necessari al controllo della curva epidemica.

Il **sistema-farmacia**, dunque, è un anello fondamentale nella **mappatura sanitaria della popolazione** in base alla quale il Ministero della Salute adotta le più idonee strategie volte alla sicurezza dell'intera popolazione.



Il test rapido in farmacia rivolto ai **turisti**, inoltre, è un **volano per l'economia** e costituisce un valido supporto ai nuclei familiari stranieri che possono contare su esiguità del costo, semplicità di prenotazione e velocità di esecuzione sia all'interno della farmacia, che nei gazebo o in modalità *drive in* sempre davanti alla farmacia.

Un ulteriore servizio offerto negli ultimi mesi dalle farmacie territoriali riguarda la prenotazione delle vaccinazioni anti Covid rivolto soprattutto alle persone che non sanno utilizzare il computer quindi *in primis* anziani e soggetti fragili che non saprebbero altrimenti come fissare l'appuntamento.

### **Certificazione per i turisti stranieri**

«Il tampone ai turisti è un fondamentale **passo in avanti nel monitoraggio della popolazione** straniera - spiega Matteo Vanzan, segretario di Federfarma Veneto e Verona -. Da tempo chiedevamo che venisse attivato questo ulteriore servizio nelle farmacie territoriali dove si continuano ad eseguire i tamponi al prezzo politico di 22 euro, per tutti. Siamo certi, viste le numerose richieste già pervenute nei mesi scorsi, che sarà una prestazione sanitaria molto apprezzata da lavoratori, turisti, operatori del settore alberghiero e della ristorazione che possono ora contare sulla capillare rete delle farmacie. La **ripartenza economica** passa necessariamente attraverso le vacanze estive che devono però svolgersi **all'insegna della sicurezza** garantita

anche dalle rilevazioni sanitarie costanti e puntuali. Le **farmacie sono un tassello fondamentale per la salute collettiva** anche nel positivo frangente delle riaperture, così come è avvenuto fin dai primi terribili periodi del contagio e durante tutte le successive ondate pandemiche».

«Siamo davvero contenti di avere la possibilità di soddisfare le esigenze dei moltissimi turisti che già dalle vacanze di Pentecoste soprattutto tedeschi ed austriaci, hanno preso d'assalto il **litorale veneto e il lago di Garda** - dice Andrea Bellon presidente di Federfarma Veneto - senza dimenticare le città d'arte. Le **farmacie del Veneto** che è la regione con il più alto numero di turisti a livello nazionale possono ora offrire a tutti i visitatori un servizio veloce ed efficiente che va incontro alle famiglie grazie al prezzo calmierato. La certificazione del tampone rapido a cura dalla Regione Veneto e supportata dalla **serietà professionale delle farmacie**, è riconosciuta a livello internazionale ed è sicuramente in grado di coadiuvare tutto il comparto turistico».

### **Sempre più tamponi in farmacia**

Di mese in mese aumenta il numero di tamponi rapidi effettuati nelle 123 farmacie territoriali veronesi che aderiscono su base volontaria al servizio. Nel solo mese di maggio sono stati fatti 17.886, per un totale da inizio anno che supera di poco le 69.000 unità con 2.367 casi positivi intercettati in farmacia: di

gran lunga il numero più elevato tra le singole province venete (in totale circa 8.200). In tutto il Veneto sono stati effettuati quasi 300.000 test rapidi. Individuare i positivi al Covid-19 significa interrompere la rapida catena del contagio e mettere quindi in sicurezza le decine e decine di persone che vengono in contatto quotidianamente con ogni singolo soggetto infetto.

### Aumento dei test in farmacia

«I veronesi continuano ad incrementare le prenotazioni dei tamponi rapidi in farmacia e ci attendiamo una forte richiesta da parte dei numerosi turisti - dichiara Elena Vecchioni, presidente di Federfarma Verona - che al termine della vacanza hanno bisogno di un servizio diffuso e di facile reperibilità che consenta loro di tornare nei Paesi di origine grazie alla certificazione ufficiale. Siamo sicuri, inoltre, che a seguito delle linee guida del Governo sulla **ripartenza in sicurezza di matrimoni, cerimonie, fiere, congressi e parchi a tema** si incrementerà anche quel tipo di utenza. Le farmacie veronesi sono pronte a fare la loro parte per garantire il più capillare monitoraggio della popolazione e poter così gradatamente avviare verso una normalità che deve fare ancora i conti con la pandemia e il rispetto delle regole supportate da comportamenti responsabili».

### Accordo Federfarma-Federalberghi

Indirizzare i turisti di tutta la provincia nelle vicine farmacie territoriali perché usufruiscano di tamponi rapidi tracciati e a prezzo contenuto (22 euro prezzo calmierato in farmacia), che si riduce ulteriormente (20 euro) per il personale delle strutture ricettive. Il protocollo firmato da Federfarma e Federalberghi vuole rendere la vita più facile agli operatori dell'accoglienza turistica per incrementare il comparto mantenendo alto il livello di sicurezza grazie al costante monitoraggio di tutti i soggetti.

### Vaccinazioni anti Covid in farmacia

Le farmacie hanno offerto alla Regione Veneto la loro disponibilità a somministrare in farmacia i vaccini anti Covid. La stesura e successiva attuazione dei protocolli che vede Federfarma tra i principali soggetti coinvolti con le sue 259 farmacie in tutta la provincia di Verona e le



circa 1.500 venete, consentirà alla popolazione di recarsi comodamente nella farmacia sotto casa per seguire prime dosi e richiami dei vaccini che giungeranno in farmacia secondo le modalità stabilite dalla Regione Veneto.

### Farmacista vaccinatore per l'influenza

Nel mese di maggio i **farmacisti di Federfarma Verona** hanno concluso il percorso formativo, denominato "**Farmacista vaccinatore**", organizzato dall'UTIFAR l'Unione tecnica italiana farmacisti e validato dall'Azienda Ulss 9 Scaligera, incentrato sulla **somministrazione dei vaccini antinfluenzali**. Il corso dopo un lungo iter burocratico aveva preso il via nel 2020.

Personale medico e paramedico specializzato ha tenuto **lezioni teoriche e pratiche** durante le quali i farmacisti sono stati formati sulle corrette prassi per l'inoculazione del siero **contro l'influenza stagionale** grazie ad approfondite esercitazioni con l'ausilio di un cuscinetto professionale dotato di sistema di allerta, che riproduce la parte apicale del braccio, utilizzato nelle scuole di formazione sanitaria.

### Farmacista vaccinatore per il Covid 19

Un ulteriore passo riguarda l'abilitazione alla vaccinazione per la Sars-CoV-2 che richiederà al farmacista una **formazione professionale specifica** attraverso un corso teorico e pratico dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS) in sinergia con l'Azienda Ulss 9 Scaligera e il coordinamento dell'Ordine dei farmacisti di Verona, al termine del quale verrà rilasciata la certificazione del "Farmacista vaccinatore Covid 19".

[Questo numero di *Pillole* è andato in stampa i primi giorni di giugno 2021. Informazioni, dati e normative contenuti in questo articolo si riferiscono a quella data].

**PER  
UN'ESTATE  
SENZA  
ZANZARE**

**Ben's  
Repell** 



**REPELLENTE CONTRO ZANZARE,  
ZANZARE TROPICALI, ZECHE**

**FACILE DA USARE,  
AGISCE IMMEDIATAMENTE**

**After Bite**®  
**DOPO PUNTURA**



**LENITIVI DELLE PUNTURE DI:  
ZANZARE, VESPE, API E MEDUSE**

**ANCHE IN GEL FORMULA EXTRA e  
CREMA NATURAL SPECIALE BAMBINI**

**SELLA** Tel 0445.670088  
[www.sellafarmaceutici.it](http://www.sellafarmaceutici.it)

**IN FARMACIA**

# 67 buone ragioni

Ricostruire virtualmente la cinta esterna dell'anfiteatro più famoso del mondo crollata nel terribile terremoto del 1117. Il progetto di raccolta fondi **"67 Colonne per l'Arena di Verona"** si sta trasformando in **mobilitazione collettiva**.

**Federfarma Verona** è una delle 12 associazioni di categoria scaligere scelte per supportare e veicolare l'originale *fundraising* che coinvolge anche il **singolo cittadino nella campagna #iosonolarena**

di Elisabetta Crobetti

In un anno in cui i danni economici della pandemia sono paragonabili a quelli di una vera guerra, lo scatto d'orgoglio, solidarietà, senso civico, sensibilità sociale e culturale della comunità veronese si sta mobilitando attorno alla Fondazione Arena di Verona, al suo significato simbolico ed emotivo per i veronesi, ma anche al suo forte contributo economico verso il territorio. Il progetto di fundraising **"67 Colonne per l'Arena di Verona"** suggerisce l'idea di ricostruire idealmente la cinta più esterna delle arcate areniane, distrutta nel 1117 da un terremoto di magnitudo 6,8, stimato il più violento mai avvenuto nella Pianura Padana, grazie all'abbraccio di imprenditori, associazioni e cittadini, uniti per l'Arena, per il suo ruolo in Italia e nel mondo, nell'ambito della grande campagna di Art Bonus #iosonolarena. Il 2020, con la mancanza di un'attività completa

degli spettacoli, ha dimostrato quanto **l'economia della città sia legata all'Arena**. Secondo una ricerca dell'Università di Verona si stima che tra indotto diretto e indiretto, Fondazione Arena produca un impatto di oltre 500 milioni di euro sull'economia del territorio.

«Sono molto felice dell'avvio del progetto e ringrazio i founder Sandro Veronesi di Calzedonia Group e Gianluca Rana di Pastificio Rana per la loro risposta, poiché la loro adesione segna l'inizio di una rete virtuosa tra Fondazione Arena e il tessuto economico della città - spiega Cecilia Gasdia, sovrintendente e direttore Artistico Fondazione Arena di Verona -. Oggi più che mai il mondo ha bisogno del potere della bellezza e della meraviglia per rinascere dopo un momento così difficile. L'Arena è luogo di produzione di valore e ricchezza fondamentale per tanti lavoratori e per le migliaia di persone che coinvolge



con il suo indotto».

Quella 2021 si presenta come una stagione che sarà davvero il frutto del contributo di un'intera comunità coesa nei suoi valori, un progetto che durerà negli anni e arricchirà il futuro di Fondazione Arena di 67 Colonne per ogni nuova sfida artistica e culturale, trasformando così i danni della pandemia in un'occasione di sviluppo per le generazioni future.

«Nell'uscire da una pandemia così terribile, solo unendo i nostri sforzi possiamo assolvere al doppio obbligo che abbiamo nei confronti dell'Arena: preservarla in quanto monumento - commenta il sindaco Federico Sboarina - ed è ciò che stiamo facendo con un restauro che restituirà l'anfiteatro al suo antico splendore - e, soprattutto, valorizzarla in quanto grande teatro all'aperto e moltiplicatore di ricchezza».

### Le farmacie colonne speciali

Parallelamente all'adesione delle aziende, che hanno risposto all'appello dei founders, anche l'intervento di 12 tra Associazioni di categoria e Ordini professionali cui sono state dedicate altrettante colonne speciali virtuali che rinasceranno a sostegno dell'Arena grazie al loro impegno. Onorata di prendere parte, insieme all'Ordine dei Farmacisti, a questo movimento collettivo di solidarietà culturale, Federfarma Verona si sta impegnando in prima persona nella divulgazione e nella sensibilizzazione ai propri

associati e alle migliaia di cittadini che ogni giorno entrano in farmacia affinché partecipino numerosi alla più imponente raccolta fondi mai organizzata nel territorio scaligero.

«Siamo perfettamente in linea con lo spirito che ha promosso l'iniziativa e che sta muovendo le coscienze di tanti veronesi - spiega Elena Vecchioni, presidente di Federfarma Verona -. L'Arena è patrimonio di tutti e ciascuno, in base alle proprie possibilità, può supportare il progetto con un contributo individuale per diventare una pietra che compone l'anfiteatro stesso. Le farmacie veicolano questo messaggio che chiama titolari e utenti al sostegno della raccolta fondi per il nostro monumento più prezioso. L'Arena deve continuare a prosperare superando, grazie anche al più piccolo contributo, le attuali difficoltà. Faremo di tutto perché la "colonna speciale" dedicata a Federfarma Verona sia quanto mai solida».

La campagna **#iosonolarena** affianca alla partecipazione delle Aziende l'iniziativa dei **privati, chiamati a diventare mecenati** del loro Teatro attraverso una donazione libera. Inoltre, grazie all'Art Bonus, nel triennio successivo alla donazione sarà possibile **recuperare il 65% della somma donata** in forma di credito d'imposta (opzione valida solo per cittadini italiani).

La Fondazione Arena comunica che per la donazione libera in Art Bonus è attiva la piattaforma raggiungibile dal sito [arena.it/iosono](http://arena.it/iosono).

# Fai la cosa giusta

**Protegersi dai raggi solari** è innanzitutto un **obbligo salutare** perché allontana lo spettro del **melanoma**, il cancro maligno più diffuso nel mondo. Bastano 5 scottature importanti per aumentare dell'80% il rischio tumorale. Con le giuste precauzioni **abbronzatura duratura e senza "rughe del rientro"**.

Dal **fototipo** al **fattore di protezione** ponendo la massima attenzione sui soggetti a rischio: bambini, anziani, pazienti.

In presenza di qualsiasi **terapia** chiedere il consiglio del farmacista.

Puntare sui **prodotti di qualità certificata** con attenzione al tipo di pelle.

Consigli indispensabili per le **pelli agé secche o alipidiche**

di Clizia Dani - farmacista

---

**L'**abbronzatura è la reazione autoprotettiva della pelle quando è esposta direttamente ai raggi solari che si traduce in una maggiore produzione di melanina.

I prodotti solari sono considerati sia in Italia che in Europa dei cosmetici in quanto, oltre all'azione protettiva, mantengono la pelle elastica e luminosa. Ma il "solare" non genera solo bellezza, è anche salutare.

Negli ultimi anni si è registrata, infatti, una notevole crescita delle patologie tumorali cutanee correlate ad un'eccessiva o non corretta esposizione al sole.

La **Skin Cancer Foundation**, infatti, mette in

guardia: bastano cinque o più scottature per aumentare il rischio di melanoma dell'80%.

La sensibilità cutanea, ossia la risposta della pelle ai raggi solari, è però diversa in base al fototipo e questo è legato al colore di pelle e capelli.

Per mantenere la pelle sana, durante e dopo l'abbronzatura è importante esporsi ai raggi solari con attenzione, buon senso e adeguate protezioni. In ogni caso e per tutti sono consigliate le **protezioni molto alte nei primi tre giorni** di esposizione, poi a seconda del fototipo cutaneo, della tipologia della pelle e della sensibilità individuale, si può



moderatamente abbassare il fattore di protezione (SPF, Sun Protection Factor) anche se mantenerlo alto risulta più efficace contro i melanomi. Al termine della giornata di sole la pelle va pulita con un detergente delicato e idratata con il doposole più adatto alle diverse esigenze cutanee.

#### **Diverse formulazioni**

Per individuare i prodotti solari migliori e più adatti al proprio tipo di pelle bisogna saper valutare le proprie esigenze dermatologiche. È necessario quindi scegliere i solari con attenzione e supportati dal consiglio del dermatologo o del farmacista, per non

ritrovarsi al rientro dalle ferie, con i postumi delle scottature, pelle disidratata o più lucida rispetto al solito. Anche la formulazione ha la sua importanza e così dovremo orientare la scelta tra creme, olii o spray.

La **Skin Cancer Foundation** no profit, è l'unica organizzazione a livello nazionale ed internazionale ad occuparsi esclusivamente del tumore maligno più comune al mondo: il **cancro della pelle o melanoma**. La Fondazione si occupa dell'elaborazione e della diffusione di programmi per l'educazione a livello pubblico e medico nonché della raccolta di fondi per la ricerca, per ridurre l'incidenza, la percentuale di malati e la mortalità di questa pericolosa neoplasia.

## I FOTOTIPI

(6 categorie in ordine crescente di melanina)

- 1-2** alta sensibilità ai raggi UV serve protezione elevata;
- 3-4** necessitano di una protezione media;
- 5** si scotta raramente;
- 6** è il più pigmentato, non si scotta mai.

## PROTEZIONE SOLARE (SPF)

- BASSA da 6 a 15
- MEDIA da 15 fino a 25
- ALTA da 30 a 50
- MOLTO ALTA sopra 50 (50+)
- Non esiste la protezione totale

La **crema solare** è consigliata in caso di pelle secca o disidratata e per il viso. Le migliori creme solari uniscono alla protezione alta una texture (consistenza) più leggera e fresca, che si assorbe facilmente e penetra in profondità tra gli strati dell'epidermide, mantenendo la pelle idratata e più resistente ai raggi UV.

Lo **spray solare** è ideale per gli sportivi, per chi è sempre in movimento e per chi ha pelle tendente al misto/grasso. La protezione solare spray è più pratica e versatile per questo è utilizzata soprattutto per i prodotti corpo e capelli. I più innovativi hanno texture invisibili che si nebulizzano invece di essere spalmate. L'**olio solare** si applica sul corpo per favorire l'abbronzatura. Ha di solito una bassa protezione e lascia la pelle liscia e lucida. Si trovano in commercio come lozioni o spray adatte a chi ha già la pelle scura o un fototipo che lo permette, ma purtroppo vengono spesso usati come acceleratori dell'abbronzatura, magari quando si hanno pochi giorni di vacanza. Questa pratica è molto pericolosa per la salute della pelle che viene in questo modo maggiormente esposta al rischio melanoma.

In generale gli spray possono avere formulazioni alcoliche oppure avere una base lattiginosa. Nel primo caso essendoci anche delle sostanze alcoliche sono adatti per coprire vaste superfici, sono preferibili per gli **uomini** o in zone pilifere, soprattutto in aree sebacee con pelle grassa. Formulazioni spray in latte, si avvicinano come texture alle creme; sono adatte per le pelli secche, per le donne e per zone non pilifere.

Al contrario la scelta della crema è preferibile nelle zone del **viso** perché garantisce una maggiore protezione. Inoltre, le creme, che hanno componenti studiati appositamente per la pelle del viso, esercitano un'azione

emolliente particolarmente efficace.

Anche il **collo e il décolleté** hanno bisogno di una maggiore attenzione poiché la sua struttura risente in particolar modo del passare del tempo invecchiando più velocemente del resto del viso. Insieme alle **mani**, è la parte del corpo in cui non si possono nascondere i segni dell'età perché, a rispetto al viso, la **pelle del collo è più sottile**, presenta meno tessuto adiposo e meno ghiandole sebacee, quindi si segna subito. Ecco perché è particolarmente importante non dimenticarsi di proteggerlo con prodotti protettivi idratanti e *anti age*, così come le mani che avrebbero bisogno di protezione tutti mesi dell'anno.

### Filtri solari

I filtri che si trovano nei prodotti solari si suddividono in fisici e chimici. I primi sono preparati con ossido di zinco, biossido di titanio e riflettono i **raggi UV** in modo che non vengano assorbiti dalla pelle; i filtri chimici catturano invece l'energia degli UV per evitare il danno alle cellule della pelle ma sono un po' meno sicuri e creano maggiori reazioni avverse.

I **raggi UVA** sono dei raggi che penetrano in profondità nella pelle, quindi, superano l'epidermide e arrivano fino al derma dove provocano dei processi di invecchiamento danneggiando le fibre di elastina e collagene.

I **raggi UVB sono meno penetranti** e si fermano nell'epidermide, **ma più aggressivi**. Sono in parte responsabili dell'abbronzatura, ma anche delle ustioni.

La cosa migliore quando si va al sole è **espor-si gradualmente** per stimolare la melanina. L'abbronzatura step by step riduce il rischio di scottature solari. Si può partire 45-60 minuti il primo giorno, per poi aumentare fino a qualche ora al giorno per ottenere un'abbronzatura uniforme e duratura. Bisognerà inoltre evitare le ore in cui i raggi del sole sono più perpendicolari alla terra, cioè dalle 11 alle 15.

## Soggetti a rischio

I bambini e gli adolescenti, le persone che hanno una scarsa quantità di melanina quindi i fototipi 1 e 2, quelle che hanno molti nei, le donne in gravidanza o allattamento e coloro che presentano delle patologie (tipo couperose e vitiligine) o che assumono medicine come antibiotici, antinfiammatori, anti-concezionali, diuretici sono tra i soggetti che necessitano di maggiore attenzione.

## Efficacia dei prodotti

Non si dovrebbe mai utilizzare un solare aperto l'anno precedente perché non è più garantita la protezione indicata in etichetta specialmente per i bambini. La pelle del **neonato** nei mesi estivi non va mai esposta al sole direttamente e quando sono **un po' più grandicelli** solo utilizzando protezioni solari molto alte che non sono le stesse che usano gli adulti ma si devono scegliere prodotti solari formulati specificatamente.

Anche la **pelle del viso** merita particolare attenzione va sempre protetta rinnovando l'applicazione dopo ogni bagno o addirittura ogni 2 ore a seconda della durata dell'esposizione, evitando così gli spiacevoli effetti del *fotoaging*, cioè l'invecchiamento cutaneo dovuto alle radiazioni ultraviolette.

In estate può essere usato anche un **fondotinta solare**. Un buon prodotto *make-up* infatti, nutre la pelle e la protegge grazie ai filtri UV (SPF da 10 a 50+). Alcuni sono anche *water resistant*, cioè non vengono lavati via dall'azione dell'acqua. I prodotti con un fattore di protezione basso sono indicati se si usa come base una crema viso solare che vanta già un buon livello di protezione. I fondotinta solari esistono in 2 formulazioni: per pelle secca hanno una texture ricca e idratante, mentre per quella mista o grassa sono leggeri e *oil free*.

## Integrazione

Per preparare al meglio la pelle al sole si dovrebbe cominciare ad esporsi gradualmente già a partire dalla tarda primavera assumendo anche integratori specifici.

Da preferire quelli che contengono sostanze come il **Beta carotene** dal cui metabolismo si ottiene la vitamina A, il **Licopene**, un carotenoide contenuto nei semi di pomodoro con

spiccate proprietà antiossidanti, l'**Uva spina** indiana, nota come frutto della longevità, ricca di tannini che converte i radicali liberi dannosi e reattivi in derivati innocui, la **Vitamina C** che, tra le sue numerose funzioni, presenta anche quella di essere un antiossidante.

Assumere gli integratori prima di esporsi al sole fa sì che la pelle sviluppi ulteriori difese nei confronti dei raggi UV. Gli antiossidanti sono indicati durante tutto l'anno, ma in particolar modo quando la quantità di **radicali liberi** aumenta e la naturale capacità protettiva della pelle può risultare insufficiente.

## Pluristrategia

Per avere un'abbronzatura bella e duratura, ma soprattutto sana bisogna mettere in atto tutta una serie di accorgimenti che durino per l'intera estate e non solo al mare, al lago o in montagna perché il sole "picchia" anche in città, in bicicletta, durante una passeggiata in centro oppure quando si sta comodamente rilassati su una panchina del parco.

La cosa giusta è utilizzare con costanza prodotti di qualità certificata e farsi consigliare da esperti come il farmacista che deve sempre essere interpellato in presenza di terapie.

## Pelle secca o alipidica

Particolare attenzione deve essere posta nei confronti delle pelli mature o di quelle che sono comunque secche. Esse si distinguono per mancanza di sebo (**pelle alipidica**) o mancanza di idratazione (**pelle disidratata**). In entrambi i casi la cute è carente dei fattori di idratazione naturale (NMF) che aiutano a trattenere l'acqua e dei lipidi epidermici (colesterolo e ceramidi) che fungono da barriera cutanea, quindi protettiva, contro gli agenti esterni. In questi casi la scelta del solare, del detergente e del doposole deve essere ancora più attenta per quanto riguarda la qualità, affinché la pelle non subisca dai raggi solari un "insulto" tale da risultare importante una volta terminato l'effetto estetico positivo dell'abbronzatura.

Ai primi freddi, infatti, se non sono state usate le opportune accortezze, la pelle soprattutto di viso, décolleté e mani, risulterà meno elastica e ulteriormente rovinata, talvolta in maniera difficilmente riparabile.

# Cellule ossidate

Lo **stress ossidativo** porta le cellule ad un **invecchiamento precoce**. La sua comparsa non è dannosa solo per la pelle e la conseguente formazione delle **rughe**, ma **interessa tutti gli organi del corpo** con potenziali conseguenze a carico del **sistema cardiovascolare** fino alle **patologie tumorali**.

Quali sono i meccanismi che sono alla base di questo fenomeno biologico e quali i **mezzi per contrastarlo**.

Gli **integratori** possono essere utili solo se di qualità: occhio alla percentuale del principio attivo che deve essere certificato

di Lorenzo Dani - farmacista

---

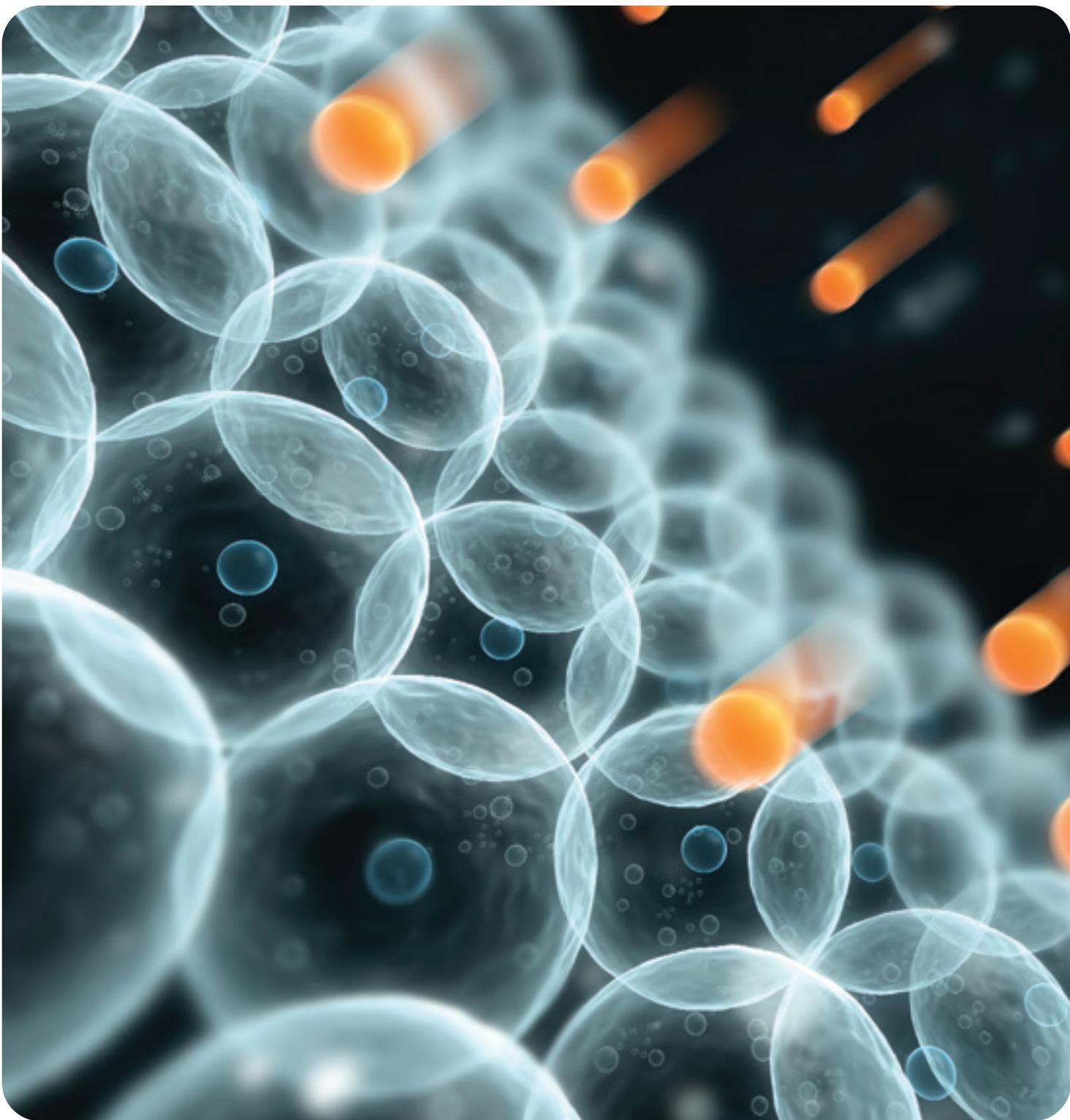
**S**i parla molto di stress ossidativo e di radicali liberi, ma non tutti sanno quali sono le condizioni che lo provocano e le misure per contrastarli.

In presenza di forte stress ed uno scorretto stile di vita, i nostri sistemi di difesa non riescono a contrastare la formazione abnorme di radicali liberi e da questo squilibrio nel nostro organismo nasce, appunto, lo stress ossidativo, fenomeno potenzialmente associato ad un aumento del rischio di sviluppare patologie legate all'invecchiamento come **malat-**

**tie cardiovascolari** e **cancro**, ma anche seppure in secondo ordine problemi legati alla **secchezza della pelle** quindi alla formazione delle **rughe**.

Per comprendere bene cosa sia lo stress ossidativo è necessario conoscere il meccanismo con cui vengono prodotti gli agenti ossidanti.

Nel nostro organismo avvengono continuamente processi chimici fondamentali per la vita delle cellule che richiedono energia ed ossigeno, ma, mentre da un lato, l'ossigeno è fondamentale per



la vita, dall'altro può essere fonte di danni in quanto durante questi processi è fisiologica la formazione di prodotti di scarto come i **radicali liberi o ROS** (Reactive Oxygen Species). Queste specie chimiche sono costituite da un atomo o da una

molecola che presentano almeno un **elettrone spaiato** nell'orbitale più esterno. Tale elettrone rende estremamente instabile e reattivo il radicale libero, che necessita del legame con le strutture cellulari per riuscire a stabilizzarsi.

## Pillole 15

## I PRINCIPALI ANTIOSSIDANTI

**1. Polifenoli, bioflavonoidi, antocianine** che aiutano a potenziare le sostanze antiossidanti endogene ed a bilanciare il rapporto con i radicali liberi.

I polifenoli sono i più abbondanti antiossidanti nella nostra dieta e sono presenti in frutta, vegetali, cereali, olive, legumi secchi, cioccolato e bevande, come tè, caffè e vino. La classica struttura polifenolica è caratterizzata da diversi gruppi ossidrilici su anelli aromatici.

**2. Vitamine.** Tra gli antiossidanti vitaminici i più efficienti sono la vitamina C e la vitamina E, che svolgono fondamentalmente la stessa funzione: la prima in ambiente acquoso, la seconda in ambiente lipofilo.

**3. Carotenoidi, pigmenti** che si trovano in piante e microorganismi, responsabili dei colori rosso, giallo ed arancione di frutta e verdura.

**4. Micronutrienti ed enzimi:** selenio, rame, zinco, glutazione, coenzima Q10, melatonina, acido urico e molti altri.

**5. Integratori di acidi grassi essenziali** appartenenti alla famiglia degli Omega-3 e Omega-6, che sono antinfiammatori ed aiutano a proteggere la membrana cellulare.

Normalmente, i **radicali liberi** vengono neutralizzati dai sistemi antiossidanti, quali gli **enzimi glutazione e superossido dismutasi**, ma in caso di eccessiva produzione degli agenti ossidanti, la cellula non riesce a neutralizzarli tutti e di conseguenza questi si accumulano.

A questo punto i ROS sono liberi di reagire rapidamente con strutture fondamentali per la vita, quali DNA, lipidi e proteine, causando danni cellulari di grave entità e talvolta la morte delle cellule stesse.

Inoltre, lo stress ossidativo **accelera il processo di invecchiamento cellulare** in quanto i ROS attaccano, danneggiando, le membrane cellulari che diventano maggiormente permeabili e perdono la loro efficienza, con conseguente invecchiamento precoce di cellule e tessuti.

### Cosa provoca l'ossidazione

Sono numerosi i fattori che possono

favorire lo stress ossidativo: l'esposizione prolungata e senza protezioni a **radiazioni ionizzanti** (raggi X ma anche UV del sole). Da evitare il fumo di sigaretta e l'abuso di superalcolici, ma non deve essere sottovalutato nemmeno l'abuso di zuccheri semplici (dolci, bevande zuccherate) nell'alimentazione.

Pericolose sono anche le **sostanze chimiche inquinanti** a base di composti clorurati e ioni metallici. Si tratta, come è evidente, di fattori su cui si può intervenire direttamente per correggere e migliorare.

### Nelle etichette

A proposito di una **corretta alimentazione ed integrazione**, frequente è la dicitura che troviamo nelle etichette "ricco di sostanze antiossidanti, contrasta la formazione dei radicali liberi". Quindi cosa sono e come funzionano gli antiossidanti? Il loro meccanismo di protezione è semplice: si legano agli ossidanti e

si ossidano al posto delle strutture cellulari.

È chiaro, però, che queste indicazioni in etichetta devono essere reali ed è quindi bene, per averne certezza, affidarsi a professionisti preparati dal punto di vista scientifico, come il farmacista, che siano in grado grazie alle loro competenze, di interpretare e confermare la validità di un prodotto anche in base alla concentrazione dei principi attivi.

### Come prevenire

L'arma più efficace contro lo stress ossidativo resta senza dubbio la prevenzione, a partire da uno stile di vita attivo ed una dieta sana e varia, come quella mediterranea, ricca di frutta, verdura, cereali, pesce, olio d'oliva, che prevede la regolare assunzione di una moderata quantità di vino, da preferire anche in virtù della preparazione casalinga dei cibi che sono da consigliare rispetto a quelli già pronti, dolci o salati che siano, dove troviamo additivi chimici e conservanti.

### Integratori alimentari

Per quanto riguarda l'integrazione alimentare si consiglia di non rimanere "abbagliati" dalle formule troppo miracolistiche di alcuni messaggi pubblicitari e di chiedere, invece, sempre consiglio al farmacista o al medico, che oltretutto possiedono gli strumenti per capire se quel determinato prodotto possa entrare in contrasto

con la terapia in atto. Ricordiamo, infatti, che in generale gli integratori, come tutti gli "additivi", agiscono nel bene, ma possono essere anche dannosi alla salute soprattutto in presenza di patologie. Non si tratta di semplici "caramelle" da mangiare alla leggera, ma di prodotti da assumere con le dovute precauzioni perché possono addirittura indebolire gli effetti di un farmaco prescritto dal medico con gravi effetti sulla salute.



**Nexcare™**  
**COLDHOT™**

**È un metodo efficace, naturale e sicuro per alleviare il dolore.**

- ❄ Usato freddo aiuta a ridurre il gonfiore, l'infiammazione e il dolore. È consigliato in caso di mal di testa, mal di denti, urti e contusioni.
- ☀ Usato caldo aiuta a ridurre gli spasmi muscolari, lenisce il dolore e rilassa. È consigliato in caso di dolore al collo, alla spalla e alla schiena, dolori mestruali, artrite e rigidità.



**99% GEL\* BIODEGRADABILE**

\* 99% di principi attivi nei cuscini in gel, ai sensi della direttiva 84/449/EEC. Usare sempre il cuscino in gel con la fodera. Prima dell'uso, leggere attentamente le istruzioni fornite con il prodotto. I prodotti della linea 3M Nexcare™ ColdHot™ sono Dispositivi Medici marcati CE.

Aut. Min. Ric.



# Tutela oculare

Che gli **occhi** siano un organo delicato non è una novità.

Certo è che in questo ultimo periodo li abbiamo **messi a durissima prova** sottoponendoli durante lo **smart working** a stressanti e interminabili sedute davanti ai **monitor** che ne possono aver minato la salute.

Anche gli **allergeni esterni** contribuiscono a **discomfort visivi** come sensazione di sabbia nell'occhio, fotofobia, alterazione del film lacrimale, fino al cosiddetto "sangue nell'occhio".

Prendersi **cura degli occhi e della vista** significa prima di tutto mettere in calendario **periodiche e costanti visite dal medico oculista**

di Francesca Guernieri - farmacista

---

**G**li occhi sono il vero e proprio specchio della nostra salute. Fra i cinque sensi quello della vista è sicuramente per l'uomo il più importante strumento, quello che gli consente di dare un senso al mondo che lo circonda.

Le nostre abitudini come l'utilizzo di schermi elettronici, oppure di lenti a contatto e il mondo esterno come il contatto con allergeni di vario tipo possono però provocare "discomfort visivi", cioè malesseri, tra i quali la sensazione di irritazione e bruciore, oppure quella di sabbia nell'occhio, la fotofobia (ipersensibilità alla luce), il film lacrimale alterato. Sintomi più importanti possono essere

tensione e fatica oculare, visione offuscata e il cosiddetto "sangue nell'occhio".

## L'occhio secco

Molte di queste sintomatologie possono essere racchiuse nella patologia dell'"occhio secco" che nel 1995 è stata definita come "un disturbo del film lacrimale dovuto a deficienza di lacrime o ad una eccessiva evaporazione lacrimale che causa un danno della superficie oculare interpalpebrale e si associa a sintomi di discomfort oculare".

La soluzione a questa patologia è l'instillazione quotidiana di lacrime artificiali sottoforma

Pillole 18



di colliri lubrificanti (meglio monodose) oppure gel oftalmici.

L'applicazione di **gel oftalmici** (anche se più fastidiosa poiché può provocare momentaneamente annebbiamento visivo) risulta essere più efficace nel contrastare la patologia dell'occhio secco in quanto la sua formulazione rimane più aderente al film lacrimale. Anche i colliri monodose d'altro canto se utilizzati quotidianamente possono alleviare in modo significativo la sintomatologia.

È sempre bene preferire un **collirio monodose** rispetto al multidose per l'assenza di conservanti, oppure colliri con sistemi atossici di conservazione. Infatti da un recente studio è emerso come la presenza di additivi (come EDTA e BAK) porti direttamente a irritazione del tessuto oculare e indirettamente ad una diminuzione della compliance del paziente stesso che smette di attenersi alle prescrizioni perché non trae beneficio dall'applicazione dei medicinali.

La sindrome dell'occhio secco inoltre sembrerebbe strettamente correlata alle allergie

oculari.

#### **Allergie correlate**

L'allergia oculare ha un significativo impatto sulla vita del paziente e colpisce in prevalenza giovani in età scolare o adulti in età lavorativa (5/10% della popolazione mondiale, 5/22% della popolazione USA e 3/15% della popolazione italiana).

Uno studio realizzato da ricercatori di Miami (Florida, USA) avrebbe riscontrato una stretta relazione tra la sindrome dell'occhio secco e le allergie oculari.

Sono state analizzate 3,4 milioni di visite oculistiche nel corso di 5 anni (dal 2006 al 2011) e la diagnosi di occhio secco ricorreva su 1 paziente su 6 e proprio nel mese di aprile in coincidenza con i picchi pollinici di ogni primavera.

Quindi i pazienti affetti da occhio secco nei **mesi primaverili** per evitare il peggiorare della loro sintomatologia dovrebbero lavare frequentemente gli occhi con soluzione fisiologica usando in abbinata colliri lubrificanti. È

importante anche indossare **occhiali protettivi con lenti filtranti UV** quando ci si trova all'aria aperta ed introdurre filtri per l'aria negli ambienti interni per eradicare

## EUPHRASIA

Principali componenti

- 1) Iridoidi: aucubina (0,05%);
- 2) Acidi fenolici: acido caffeico, cloro genico;
- 3) Tannini;
- 4) Flavonoidi(0,38%): apigenina, luteolina, campferolo, quercetina;
- 5) Polifenoli (1,47%).

Azioni principali:

- 1) Digestiva;
- 2) Astringente;
- 3) Antinfiammatoria oculare;
- 4) Antisetica;
- 5) Anticatarrale.

potenziali allergeni. Un rimedio semplice e casalingo, ma efficace è applicare **comprese fredde palpebrali** ed evitare lo sfregamento palpebrale e quindi conseguente degranolazione mastocitaria con scatenamento della sintomatologia allergica.

### Sensazione di sabbia

La funzione dei **colliri lubrificanti** è di ridurre il senso di corpo estraneo nell'occhio (come la sensazione di "sabbia"), ma anche e soprattutto idratare la superficie oculare fungendo contemporaneamente da barriera contro agenti irritanti ed allergenici nonché disarrossare l'occhio.

Le sostanze attive maggiormente utilizzate nei colliri sono i derivati dell'Acido ialuronico, i Carbopolimeri, piante come *Euphrasia* e *Calendula*.

È comunque consigliata la visita specialistica dell'allergologo nel caso in cui la sintomatologia stenti ad attenuarsi.

### Euphrasia

L'*Euphrasia officinalis* è una pianta appartenente alla famiglia delle Orobanchaceae. Si tratta di una pianta molto utilizzata per le **infiammazioni degli**

**occhi** caratterizzata da muco.

Si trova spesso come pianta semi-parassita di altre piante erbacee nei prati dell'Italia Centro-Nord dai 2500 metri di altitudine alla pianura.

### Calendula

La *Calendula officinalis* è una pianta erbacea della famiglia delle Asteraceae e comprende una trentina di specie differenti.

Cresce spontaneamente nell'area europea, nella zona mediterranea, nel nord Africa e nell'Asia meridionale fino a 600 metri di altitudine. Si tratta di una pianta annuale o perenne che può raggiungere i 70 centimetri di altezza. Della pianta si utilizzano i fiori appena sbocciati che contengono olio essenziale (costituito da oltre 45 sostanze), Flavonoidi (glicosidi isoramnetina e quercetina, rutoside), Tannini pirogallici, Steroli (sitosterolo, campesterolo, stigma sterolo). Può essere utilizzata essicata per la preparazione di tisane e per la preparazione di oleoliti, creme e pomate.

### Occhio secco e menopausa

L'arrivo della menopausa modifica l'asset-

## CALENDULA

Azioni principali:

- 1) Attività antibiotica, dovuta ai flavonoidi e alle saponine, è diretta verso svariati microorganismi, in particolare contro i batteri Gram-positivi, quali *Staphylococcus aureus* e *Streptococcus betahaemolyticus*;
- 2) Accelera la guarigione delle ferite grazie ai carotenoidi;
- 3) Coleretica e ipolipemizzante: attraverso infusi che incrementano la secrezione di acidi biliari e la quantità di bile;
- 4) Per uso esterno, la calendula si presta alla realizzazione di creme, tinture o impacchi contro acne, foruncoli, ustioni ed ulcere;
- 5) Azione sul sistema cardiocircolatorio: azione bradicardica degli estratti alcolici ed acquosi;
- 6) Coadiuvante nelle cure ginecologiche favorisce la regolarizzazione del ciclo mestruale, attenuando anche i dolori mestruali;
- 7) Rinforza le vene;
- 8) Proprietà antiulcera.

to ormonale e questo a sua volta la superficie oculare. Questo perché a livello degli epitelii della superficie oculare si trovano specifici recettori per estrogeni. La carenza ormonale quindi che si verifica in menopausa si associa inevitabilmente agli effetti della sindrome dell'occhio secco.

L'efficacia della terapia ormonale sostitutiva nei confronti di tale sindrome sembrereb-

be in bilico tra l'effetto positivo e promotore della patologia stessa. Oltre all'utilizzo costante di colliri monodose oppure gel oftalmici, in fase sperimentale vi è una terapia con sostituti lacrimali ormonali in forma di collirio.

È opportuno, quindi, chiedere consiglio al medico specialista per la valutazione di ogni singolo caso.

## PORTA GLI OCCHIALI USATI IN FARMACIA: RINASCERANNO A NUOVA VITA

**C**atalogarli, rigenerarli e inviarli all'altro capo del mondo, ma anche nel nostro territorio, per donare una vita migliore a chi è in gravi difficoltà economiche.

Non si ferma mai la **raccolta di occhiali usati attiva anche nelle farmacie veronesi** in collaborazione con i **Lions International**. È un'iniziativa di **caratura mondiale** che parte dal gesto solidale del **singolo cittadino**.

Basta portare in farmacia uno o più occhiali che non si usano, magari da anni e da quel momento la vita di questo importante presidio medico riceverà un nuovo impulso grazie alla **sterilizzazione e alla sostituzione di tutte le parti usurate** per essere spedito in Sud America, Africa, Estremo Oriente o Est Europeo e contribuire, con la realizzazione di nuove lenti a donare speranza, migliorando la qualità di vita di molti pazienti. Portate **qualsiasi occhiale sia da vista che da sole, anche da bambino e in qualsiasi condizione** perché si possono riutilizzare sia le singole lenti che la sola montatura.

Si tratta di un doppio beneficio: il recupero delle eccedenze e il riutilizzo di preziosi presidi sanitari che altrimenti andrebbero irrimediabilmente perduti.

«Le farmacie da molti anni aprono le porte a questo appuntamento sociale collettivo legato al mondo della salute del cittadino, anche di chi si trova molto lonta-

no - spiega Federfarma Verona -. La farmacia non solo riceve e posiziona il contenitore, ma parla con gli utenti spiegando la valenza del progetto sanitario».

«Nel distretto Lions di Verona-Vicenza-Trento-Bolzano nell'ultimo anno **sono stati raccolti** dopo selezione, pulizia, classificazione e confezione **5.491 occhiali da vista e 1.542 occhiali da sole**, il 50% dei quali cioè **3.480 è stato donato a Verona** che risulta quindi il territorio più generoso e attento a questa iniziativa benefica sempre attiva - spiega **Paolo Colombo** - presidente Lions Club Valpolicella - . In piena collaborazione con l'officer distrettuale del service "Raccolta occhiali usati" Carlo Vivian, con il Laboratorio Ottico di Mas di Sedico (in provincia di Belluno) diretto da Luciano Casagrande e la Fondazione Spagnoli Bazzoni onlus di Rovereto, stiamo portando avanti la **fornitura di occhiali nuovi prodotti anche per cittadini del nostro territorio** che si trovano in difficoltà economica. Ci basta avere una **ricetta medica dell'oculista e la fotografia della persona che necessita degli occhiali**. Riceviamo richieste da istituzioni, assistenti sociali, missionari o Club Lions.

Sempre negli ultimi 12 mesi abbiamo realizzato e spedito **81 occhiali nuovi** in varie parti del



mondo (Guinea Bissau, Ghana, Brasile, Vietnam) e 21 nel distretto Vr-Vi-Tn-Bz, **14 dei quali sono andati a cittadini** della provincia di Verona. Inoltre abbiamo inviato **150 occhiali da sole in Sierra Leone** e **400 montature nuove al Centro della vista Kamenge in Burundi**.

Ringrazio sentitamente le farmacie per la loro determinante e storica partecipazione. La capillarità di questi primari poli sanitari fa sì che l'utente possa avere massima accessibilità alla raccolta».

Gli organizzatori chiedono gentilmente ai cittadini donatori di non portare le custodie perché verrebbero eliminate.

# Basta un sorriso

I **ragazzi autistici** possono vivere serenamente la loro vita e **interagire con il prossimo** se tutta la società è preparata ad accoglierli.

Le 259 farmacie di Federfarma Verona e l'Ordine dei farmacisti insieme all'associazione Continuando a Crescere hanno intrapreso il progetto "**Farmacia amica dell'Autismo**" che promuove l'inclusione e **abbatte il muro di isolamento** attorno a questi giovani sensibilissimi. Partita la distribuzione di **migliaia di volantini e segnalibri** che invitano a riflettere e a scoprire le **tecniche di base per il primo contatto**

a cura della redazione

**“S**ete di vera amicizia, fame di compagnia. **Noi ragazzi senza parole soffriamo.** Amico aiuta a sorridere, a fare lacrime, a capire che la vita nostra... Solitudine non deve diventare”

Scrive così Andrea Antonello il ragazzo “blu” (colore rappresentante i giovani con problemi dello spettro autistico) più famoso d'Italia, che grazie all'impegno del padre Franco ha fatto capire cosa significa vivere in prima persona l'autismo nella quotidianità.

Il tema dell'isolamento che coinvolge

anche altre categorie di ragazzi speciali viene evidenziata dal giovane scrittore in poche parole che risuonano con forza nella loro semplicità, come un monito per tutti.

**“Farmacia amica dell'Autismo”** è il progetto, inaugurato il 2 aprile nella Giornata mondiale della consapevolezza sull'Autismo, che coinvolge, prime in Italia, le 259 farmacie di Federfarma Verona insieme all'Ordine dei Farmacisti e all'Associazione “Continuando a Crescere”, rappresentante per Verona dell'impresa sociale “I bambini delle



fate".  
«Non dobbiamo girare la testa dall'altra parte perché non sappiamo come entrare in contatto con un soggetto autistico. Per prima cosa sorridiamogli e prestiamogli attenzione - spiega Paola Fiocco membro del Consiglio direttivo di Federfarma Verona e coordinatrice del progetto insieme alla collega Daniela Vaccari -. Federfarma Verona ha accolto il grido d'allarme dell'Associazione "Crescendo insieme" da molti anni attiva sul territorio veronese e ha aperto le porte delle sue farmacie

per un primo intervento di sensibilizzazione con la distribuzione di migliaia di volantini e segnalibri informativi. Il nostro intento è, inoltre, promuovere l'accoglienza fisica con la realizzazione di percorsi inclusivi che aiutino i ragazzi a vivere da soli le piccole e grandi esigenze di tutti i giorni, come appunto quella di entrare in farmacia per una necessità legata alla salute. Il secondo step del progetto a cui stiamo lavorando prevede, dunque, la realizzazione di specifici pittogrammi colorati che possano aiutare il ragazzo autistico ad orien-

tarsi all'interno della farmacia. Si tratta non solo di promuovere in generale la mentalità dell'accoglienza che è da sempre nelle corde della farmacia, ma di un nuovo modo di aiutare nel concreto tanti ragazzi e adulti che con le loro famiglie vivono questa delicata e complessa situazione». Ospite d'onore della giornata inaugurale **Michele un ragazzo blu di 21 anni** che insieme alla mamma Mariella e per nulla intimorito, è entrato in farmacia, osservando i prodotti sugli scaffali, andando al bancone. Molto sorridente e rilassato ha sperimentato quello che è un atteggiamento di accoglienza auspicabile da tutta la popolazione che si impegni a superare l'ostacolo della diffidenza.

«Serve tanta dolcezza per avvicinare questi giovani speciali - spiega mamma Mariella -. Vogliamo lanciare un appello a tutti: siate accoglienti e aiutateli ad inserirsi nella società, nella vita di tutti i giorni.

Basta poco, una parola buona o il sorriso oggi anche solo degli occhi, liberi dalla mascherina, perché la loro spiccatissima sensibilità li aiuti a riconoscere la persona con la quale possono interagire senza problemi».

I **disturbi del neuro sviluppo** che si manifestano a partire dai 18 mesi d'età sono in costante crescita anche in Italia, la stima attuale è di un bambino su 77. Obiettivo della campagna di sensibilizzazione è far conoscere l'autismo e fare comprendere che l'inclusione sociale parte dal singolo, anche con un semplice sorriso.



### Obiettivo autonomia

«L'obiettivo è quello di sensibilizzare l'opinione pubblica, ma anche e soprattutto rendere questi ragazzi autonomi - spiega Monica Meda presidente di "Continuando a crescere" - all'interno di una società inclusiva che li comprenda e apprezzi la loro grande profondità d'animo.

Attualmente stanno crescendo i casi di ragazzi blu che sono riusciti ad **uscire dalla casa genitoriale** per vivere, con il supporto degli operatori, una vita quanto più integrata. E la normalità è appunto uscire per le strade, andare a fare la spesa, entrare in farmacia per un medicinale o anche solo per un saluto al farmacista di fiducia.

Ringrazio le farmacie veronesi per il contributo civico che stanno offrendo a tutta la comunità e spero che tante altre attività veronesi intraprendano la strada dell'accoglienza nei confronti dell'autismo».

# Euphralia®

Collirio, soluzione



Medicinale omeopatico senza indicazioni terapeutiche approvate.

È un medicinale senza obbligo di prescrizione (SOP) che può essere consegnato solo dal farmacista. Ascolta il tuo farmacista.

Leggere le avvertenze sulla confezione.

Autorizzazione Min. Sal. del 15/05/2020

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



# Carta *free*

Novità sui prodotti alimentari per la **celiachia**.

**Spariti buoni cartacei e fustelle** adesso la gestione è digitalizzata.

Il cittadino deve sempre portare con sé la **tessera sanitaria** in corso di validità e il **codice personale** rilasciato dall'Azienda Ulss 9 Scaligera.

La dispensazione è più rapida con notevoli vantaggi per l'utente.

Federfarma Verona: «Le farmacie si sono subito attrezzate per offrire un servizio moderno e in linea con la nuova Sanità»

a cura delle redazioni

**È** in piena attività nelle farmacie territoriali aderenti a Federfarma Verona la nuova modalità di dispensazione dei prodotti alimentari senza glutine stabilita dalla Regione Veneto per tutti i soggetti erogatori. Dematerializzati i vecchi buoni e fustelle cartacei, dal 1° maggio 2021 il sistema riconosce l'avente diritto da un codice personale (PIN) che il cittadino celiaco riceve dall'Azienda Ulss9 Scaligera ed è abbinato alla tessera sanitaria.

«Adeguarsi alle nuove esigenze della Sanità è indispensabile per le farmacie territoriali che servono il cittadino quotidianamente - spiega Elena Vecchioni presidente di Federfarma Verona -. Con la dematerializzazione si consente

di velocizzare la dispensazione dei preziosi cibi per la celiachia, ma un'altro fattore importante riguarda l'acquisizione dei buoni che adesso è automatica e non necessita di operazioni da parte dell'utente, venendo caricati direttamente per via telematica dall'Azienda sanitaria».

«Si tratta di una modalità efficiente e veloce che le farmacie di Federfarma Verona hanno immediatamente adottato offrendo così un servizio più moderno all'utenza - spiega Stefano Pacenti consigliere di Federfarma Verona -. I cittadini celiaci devono sempre avere con sé la tessera sanitaria in corso di validità e il codice personale che consentono di visualizzare in tempo reale il plafond stabilito e cari-



cato dall'Azienda Ulss 9 Scaligera. Sullo scontrino emesso al termine dell'erogazione del prodotto l'utente trova anche l'importo residuo a cui ha ancora diritto. Un'altra novità riguarda la possibilità di scegliere in farmacia anche un solo prodotto per volta a seconda delle esigenze e delle preferenze dei cittadini. Ci siamo attrezzati acquisendo uno **specifico lettore** che dialoga con il microchip della tessera sanitaria, diverso dunque da quello standard abilitato alla lettura del codice a barre degli altri prodotti presenti in farmacia. Tutta la gestione digitalizzata dei cibi *gluten free* avviene attraverso piattaforme dedicate. Si tratta quindi di una vera "rivoluzione" nel mondo della celiachia, ferma restando la qualità dei prodotti presenti nel circuito della farmacia che offre, inoltre, il

**valore aggiunto del consiglio del farmacista** per qualsiasi esigenza del soggetto celiaco e dei suoi familiari.

Da una recente indagine informale condotta tra i nostri utenti in questo primo mese di attività del servizio, abbiamo riscontrato un elevato livello di gradimento dei cittadini che si focalizza, appunto, sulla velocità e l'efficienza gestionale».

«Ottimizzare le risorse significa passare necessariamente attraverso la digitalizzazione - spiega Andrea Bellon, presidente di Federfarma Veneto - ed è per questo che anche il comparto della celiachia è stato aggiornato eliminando tutto il cartaceo. La **farmacoeconomia** per essere efficace deve monitorare in tempo reale tutte le variabili, dal rapporto costo-efficacia al livello di apprezzamento del paziente».

# Utili supporti

Nelle farmacie di Federfarma Verona che aderiscono all'iniziativa è possibile utilizzare i **Buoni spesa** emessi dal Comune di Verona e da altre pubbliche Amministrazioni di tutto il territorio provinciale.

È uno strumento attivato a seguito dell'emergenza Covid e finalizzato all'**acquisto di beni di prima necessità**

**F**ederfarma Verona ha aderito alla nuova edizione dell'iniziativa del Comune di Verona "Buoni Spesa" dedicati alle fasce deboli della popolazione. Si tratta di uno strumento per sostenere i cittadini privi delle risorse necessarie, all'acquisto dei **beni di prima necessità** e che si sono trovati in particolari condizioni di **difficoltà economica a seguito dell'emergenza COVID-19** (verificate dai Servizi sociali).

La presentazione delle richieste si è chiusa il 6 giugno 2021 e i buoni dovranno essere utilizzati entro il 30 settembre.

Il valore del buono spesa assegnato ad ogni **nucleo familiare** può essere erogato attraverso le seguenti due modalità, a scelta del richiedente: l'utilizzo di un'apposita APP scaricabile sul proprio smartphone, pertanto chi ha scelto tale opzione deve essere in possesso di un numero di cellulare, un indirizzo e mail e uno smartphone personali.

La seconda opzione prevede l'utilizzo della Tessera Sanitaria mediante la lettura del codice a barre da parte degli farmacisti e degli esercenti.

## Come vengono erogati gli importi

Il cittadino beneficiario si reca presso la farmacia o un altro esercente che abbia aderito all'iniziativa munito del proprio smartphone sul quale ha

precedentemente installato l'APP oppure munito della Tessera Sanitaria o della carta personalizzata ed effettua la spesa. Il farmacista effettua la transazione leggendo l'identificativo del buono spesa dall'APP, dalla tessera sanitaria o dalla carta personalizzata del beneficiario e digitando l'importo dovuto che viene scalato dal buono spesa. Le farmacie che aderiscono all'iniziativa su base volontaria, sono consultabili nel sito del Comune di Verona. I possessori del Buono spesa possono scegliere tra una **vasta gamma di prodotti per l'infanzia e beni di prima necessità** per l'igiene come prodotti essenziali per l'igiene personale e l'alloggio, ad esempio sapone, dentifricio, carta igienica, shampoo, detersivi, pannolini, prodotti medicali, farmaci. Al momento dell'erogazione viene garantita la massima discrezione per l'utente a garanzia della sua privacy.

## Interventi in provincia

La scelta di adottare i Buoni spesa è stata presa anche da altre Amministrazioni comunali della provincia di Verona secondo criteri e modalità diversificati. Le farmacie territoriali sono state coinvolte anche nelle zone rurali a più bassa densità abitativa per il supporto alle persone che si trovano in stato di necessità.

# Linea diretta con la Regione Veneto



In Veneto oltre **3.500 nuovi casi all'anno di epilessia**:  
cambia l'approccio sanitario a questa malattia sociale.  
Compie 9 anni **"inOltre"** il **servizio psicologico** telefonico  
interventivo **anche per le ansie legate alla pandemia**

in collaborazione con l'Ufficio Stampa della Regione Veneto

## Epilessia: nuovo percorso PDTA

**L**a Regione Veneto ha approvato il percorso diagnostico terapeutico assistenziale (PDTA) a favore delle persone affette da epilessia.

In Veneto sono circa 50.000 le persone affette da epilessia con un'incidenza di circa 3.000 nuovi casi l'anno, che salgono a 3.650 considerando anche le crisi isolate, e a 4650-5800 inserendo anche le crisi sintomatiche acute. I numeri relativi al territorio nazionale parlano di circa 400-480.000 casi di epilessia attiva con una stima di 36.000 nuovi casi l'anno, 20-25.000 con crisi isolate e 12-18.000 con crisi sintomatiche acute.

«Il percorso approvato dalla Regione Veneto è in linea con le indicazioni dell'OMS - afferma l'assessore alla Sanità Manuela Lanzarin -. A seguito dell'impatto sociale e dell'elevata frequenza della

malattia, nel 2009 l'OMS ha infatti dichiarato l'epilessia 'malattia sociale' e nel 2015 ha emanato una risoluzione che invita gli stati membri ad aumentare gli sforzi per fornire assistenza alle persone colpite da tale patologia. Accogliendo quindi la richiesta congiunta delle associazioni dei pazienti, dei loro familiari e dei professionisti - prosegue l'assessore - la Regione Veneto ha attivato un complesso di studi approfonditi e di confronto, di cui il Percorso diagnostico terapeutico assistenziale rappresenta il compimento.

Si tratta di un provvedimento che consente ai malati di epilessia di trovare nelle singole Aziende sanitarie della Regione l'approccio terapeutico più appropriato, dalla diagnosi alle terapie, fino alla gestione della farmacoresistenza».

## Servizio psicologico telefonico

**C**ompie 9 anni il **Numero Verde 800334343**, il **Servizio Psicologico "inOltre"**, attivato su input diretto del presidente della Regione Veneto, Luca Zaia, per dare sostegno agli Imprenditori Veneti che affrontavano le difficoltà della crisi economica.

Con il passare del tempo, il servizio è cresciuto e si è dedicato a tutte le persone in difficoltà, con gli Psicologi della Regione sempre reperibili al telefono H24 7 giorni su 7. Da allora sono stati gestiti **12.620 colloqui psicologici telefonici** accompagnati con percorsi dedicati di presa in carico da parte della sanità regionale e con interventi personalizzati a 883 cittadini. «Da marzo 2020 - ricorda Zaia - l'800334343 è stato **'IL Servizio Psicologico per il Covid-19'** per la Comunità Veneta'. Il team ha assistito **3.780 persone che avevano paura del virus**, che temevano per il loro futuro lavorativo, che faticavano a reggere il peso di lunghi periodi di divieti e chiusure e di una vita quotidiana stravolta anche negli aspetti più semplici. Così come negli altri 12.620 casi gestiti dalla sua nascita si può dire che, con "InOltre", siamo riusciti anche a salvare delle vite o, comunque, ad aiutare migliaia di persone a ritrovare un loro equilibrio».

# PANDEMIA COVID-19: come ha influito sul nostro sonno?

Secondo un recente studio condotto dal Dipartimento di Psicologia Generale dell'Università di Padova e pubblicato sul Journal of Sleep Research, **la pandemia covid-19 ha modificato i ritmi di vita degli italiani, peggiorandone il sonno.**

I ricercatori hanno analizzato la qualità del sonno in un campione di 1.310 persone fra i 18 e i 35 anni, confrontando una settimana di lockdown con una precedente in cui non erano ancora state decretate restrizioni.

Questo confronto ha dimostrato come la ridotta attività fisica e la scarsa esposizione alla luce solare, l'assenza di attività sociali, le paure per il contagio e per la situazione economica, il cambiamento di vita familiare abbiano provocato un **peggioramento nella qualità del sonno.**

Si è inoltre assistito a un netto **cambiamento nei ritmi sonno-veglia, a un incremento nell'uso dei media digitali e una distorsione nella percezione del tempo che scorre.**

In questa situazione le persone hanno iniziato ad andare a letto circa 41 minuti dopo il consueto orario e a svegliarsi 54 minuti più tardi rispetto al periodo precedente alle restrizioni.

Di pari passo, la qualità del sonno è peggiorata: in particolare fra le persone con elevati sintomi di depressione, ansia e stress, la percentuale di problemi del sonno è aumentata dal 40% al 52%.

Secondo Giuseppe Plazzi, neurologo del Centro per lo Studio e la Cura dei Disturbi del Sonno dell'Università di Bologna e presidente dell'Associazione Italiana di Medicina del Sonno, le attività che svolgiamo durante la giornata hanno una funzione importante nello scandire il ritmo delle nostre vite.

Semplici azioni come fare la spesa, seguire appuntamenti di lavoro, fare visita ai parenti, organizzare una cena con amici o una serata al cinema hanno un ruolo importante come sincronizzatori sociali.

**Quando il normale svolgimento di queste attività viene sconvolto da un evento come la pandemia e le conseguenti restrizioni, la prima cosa a subirne le conseguenze è proprio l'alteranza sonno-veglia.**



A rendere le nostre notti più irrequiete non è poi solo la mancanza di sincronizzatori sociali, ma anche l'ansia per il futuro, una sorta di disturbo post-traumatico da stress che si riflette sulla nostra capacità di prendere sonno e mantenerlo.

**Il risultato? Un sonno fragile e spezzettato, che non riposa e ci lascia storditi all'indomani.** Altri disturbi riscontrati, legati alla sfera dell'insonnia, sono poi la difficoltà ad addormentarsi, il risveglio precoce al mattino e una sonnolenza continua durante la giornata che genera la scarsa capacità di concentrarsi, riflessi negativi sull'umore e difficoltà di memoria.

Per combattere questi disturbi del sonno può essere utile ricorrere all'integrazione alimentare.

Good Night Zentiva, grazie alla sua formula completa e alla tecnologia innovativa della sua compressa a rilascio intelligente, può aiutarti a ritrovare il piacere di una lunga notte di sonno.

*Messaggio a cura di Zentiva*

Fonte:

Intervista Repubblica Presidente AIMS, 02/12/2020

[https://www.repubblica.it/salute/2020/12/02/news/covid\\_ha\\_cancellato\\_la\\_socialita\\_e\\_ci\\_ha\\_regalato\\_l\\_insonnia-276570456/](https://www.repubblica.it/salute/2020/12/02/news/covid_ha_cancellato_la_socialita_e_ci_ha_regalato_l_insonnia-276570456/)

Un **sonno regolare** consente  
un'**umore migliore** e  
**maggiore concentrazione** durante la giornata

**NOVITÀ**

PER RISCOPRIRE **IL PIACERE DI DORMIRE**

**Good Night**

Innovativo integratore alimentare con Melatonina, GABA, Valeriana, Passiflora, Papavero della California, Vitamina B3 e B6\*



**NUOVA TECNOLOGIA  
A RILASCIO INTELLIGENTE**

**AZIONE IMMEDIATA\*\***

**30**  
MINUTI

**EFFETTO PROLUNGATO**

**8**  
ORE

**AIUTA A RIDURRE STANCHEZZA E FATICA\***



1 compressa al giorno  
Confezione da **30 COMPRESSE**

**12,90**  
EURO

**PREZZO  
SPECIALE  
DI LANCIO**

fino al 31 luglio

L'effetto benefico della Melatonina si ottiene con l'assunzione, poco prima di coricarsi, di 1 mg della sostanza. Non superare la dose giornaliera consigliata. Non somministrare ai bambini al di sotto dei tre anni di età. Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano. Tenere fuori dalla portata dei bambini di età inferiore ai tre anni. Conservare in un luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce.

\*\*disgregazione dello strato bianco contenente melatonina in meno di 30 minuti



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

**ZENTIVA**

# Non fidatevi!

Non si fermano le **truffe agli anziani** e il periodo estivo è quello più a rischio.

I **delinquenti sono sempre più abili e crudeli**, ma possono essere fermati.

Tutta la comunità deve prestare particolare attenzione a protezione dei **soggetti più vulnerabili** segnalando qualsiasi anomalia alle Forze dell'Ordine.

I nostri cari anziani devono **seguire le precise regole spiegate in un depliant** della Polizia Municipale di Verona in distribuzione nelle farmacie

a cura di Stefano Bellini

**V**ademecum prezioso per la popolazione anziana, ma non solo. Le truffe ai danni delle persone indifese ad opera di delinquenti senza scrupoli sono purtroppo all'ordine del giorno e molte non vengono denunciate per la **vergogna della vittima** che non riesce ad accettare il fatto di essere stata raggirata. Ricordi di tutta una vita, la fede nuziale lasciata sul comodino perché magari quel giorno le dita sono un po' gonfie, la collana dell'anniversario, la preziosa pensione che consente di arrivare alla fine del mese e, ancora peggio, talvolta le percosse e l'umiliazione fisica. **Spogliare una persona indifesa dei suoi ricordi più cari** è quanto di più vigliacco si possa fare e di truffatori-rapinatori che girano per le tranquille zone residenziali **alla ricerca di prede** ce ne sono molti. Sono ben vestiti, hanno modi educati e gentili, fanno finta di mettersi a

disposizione per poi colpire a tradimento, soprattutto tra le mura domestiche.

Un aiuto viene sicuramente dalla collettività, dall'attenzione dei vicini di casa e dei parenti che devono tenere i loro anziani sotto stretto controllo, e tanto si può fare con la prevenzione che è soprattutto informazione. Sapere **cosa fare o non fare**, come atteggiarsi, quando "alzare le antenne" è importantissimo, tanto da indurre la Polizia Municipale di Verona a stampare il pieghevole **"lo non ci casco"** ora a disposizione nelle farmacie del territorio comunale.

«Prendersi cura di chi ci sta attorno è un imperativo morale di ciascuno di noi, che diventa un dovere professionale per le Forze dell'Ordine - spiega **Luigi Altamura**, comandante della Polizia Municipale di Verona - . In generale non si è mai troppo solerti quando si parla di prevenzione e l'ambito di truffe

Truffe e raggiri sono spesso studiati in modo molto accurato, creando storie e situazioni elaborate in grado di mettere la vittima in difficoltà o soggezione.

Tante forme ma pochi semplici obiettivi:

- conquistare la fiducia
- mettere fretta e pressione
- indurre paura, anche descrivendo rischi e pericoli in agguato
- far leva sull'amore per parenti (figlio in difficoltà, nipote nei guai,...)
- entrare in casa

La prevenzione è l'arma vincente per tenere lontano questo tipo di persone.

Ricordare di

- proteggere la nostra riservatezza: nomi, orari, situazioni, codici di sicurezza non vanno comunicati
- verificare ciò che ci viene raccontato: chiedere dettagli, numeri di telefono, ...
- non aver paura di chiamare parenti o vicini
- non farsi prendere da fretta o paura
- prendersi il tempo per capire, per consigliarsi, per decidere



# IO NON CI CASCO!

CONSIGLI PER EVITARE  
TRUFFE, RAGGIRI  
ED ALTRE  
SPIACEVOLI  
ESPERIENZE



LEGGI E FAI LEGGERE QUESTA  
GUIDA ALLE PERSONE CHE AMI

Con il contributo del



MINISTERO  
DELL'INTERNO

utili

Comune  
di Verona  
Polizia Locale

e raggiri rappresenta forse uno degli esempi più significativi, tanta è la fantasia dei criminali che vi si dedicano.

La distanza fisica tra le persone, quindi **la mediazione tecnologica** che ormai caratterizza molti rapporti, da un lato rende i truffatori più spregiudicati e senza il minimo segno di pentimento, sempre più protetti nel loro pseudo anonimato, dove non è più necessario "metterci la faccia". Questa distanza d'altro canto rende le persone più isolate e sole, quindi esposte perché meno protette da quella rete di rapporti personali che si rivelano particolarmente utili in caso di bisogno e soccorso.

Per questo motivo abbiamo pensato a questa campagna informativa e di controlli sul territorio, per attivare gli anticorpi dell'informazione e della precauzione.

Tra i circuiti di diffusione più estesi e capillari del pieghevole, che contiene suggerimenti e consigli utili, abbiamo incluso **le farmacie, per far arrivare le informazioni direttamente sotto casa, nei quartieri**, nella speranza che non solo gli anziani, ma anche i più giovani possano mettere a fuoco i rischi delle varie situazioni».

«Gli **anziani sono assidui frequentatori della farmacia** e non solo per motivi di salute - spiega Elena Vecchioni, presidente di

Federfarma Verona -. Molto spesso passano per un saluto e quattro chiacchiere che danno a loro il senso di appartenenza alla comunità e a noi possono essere utili per capire se ci sono problemi particolari. La farmacia è come una barca con le porte sempre aperte, accoglie i residenti come amici, prima che come utenti e svolge un ruolo sociale di massima centralità soprattutto per chi vive da solo. È per questo motivo che quando il Comandante Altamura ci ha chiesto di partecipare al progetto abbiamo subito accettato comprendendone la fondamentale importanza. Non si tratta solo di consegnare l'opuscolo, ma di fare capire quanto sia fondamentale stare in allerta, **non dare confidenza, non rivelare codici segreti, non aprire la porta di casa a chi non si conosce più che bene** e adesso c'è anche il pericolo della Rete. Il legame tra le farmacie e le Forze dell'Ordine è strettissimo perché insieme operiamo costantemente a contatto con la cittadinanza. Una comunità civile protegge i suoi soggetti più vulnerabili e gli anziani sicuramente lo sono perché la loro apertura al prossimo, la fiducia, la voglia di comunicare, li porta a mettersi in situazioni potenzialmente molto pericolose.

L'idea di pubblicare nella nostra rivista l'opuscolo è dettata dalla volontà di dargli la mas-

Truffe, raggiri e furtive varie sono fenomeni sempre più frequenti ai danni dei cittadini, specie degli anziani.

Quando personaggi disonesti e truffaldini riescono nei loro intenti si prendono molto più che qualche oggetto di valore.



Rubano la fiducia che riponiamo negli altri, il nostro senso di sicurezza, la nostra autonomia, il tempo e le energie dei nostri cari.

Le persone disoneste rubano la nostra tranquillità ed il nostro benessere, ma non prima d'aver conquistato la nostra fiducia

Chi sa come agire, reagire e chiedere aiuto è più sicuro e protetto nelle varie situazioni.



#### PER PROTEGGERSI, LA PREVENZIONE È TUTTO

Episodi più frequenti, che possono avvenire sia di persona che per telefono:

- Incidente stradale simulato (truffa dello specchietto)
- Lieve incidente stradale da pagare in contanti
- Impiegato di banca che chiede soldi appena prelevati allo sportello o alla posta
- Poliziotto che chiede di consegnare gioielli o soldi, per controllarli, fotografarli o proteggerli
- Sconosciuto che dice d'esser amico di un parente (nostro nipote o nostro figlio) che si trova nei guai
- Tecnico del gas o idraulico che vuol entrare in casa
- Fattorino che consegna un pacco per un parente e chiede pagamento in contanti
- Babysitter che chiede di recuperare ciuccio o giocattolo dal tuo balcone
- Nuovo sacerdote che vuol benedire la casa
- Nuovo contratto per forniture (gas, tv, telefono...) molto vantaggioso
- Tecnico del pc chiede la password del conto

#### COME PROTEGGERSI DA TRUFFE E RAGGIRI PIÙ COMUNI

Truffe ed altri comportamenti criminali assumono diverse forme, alcune molto fantasiose, ma gli obiettivi di truffatori e criminali sono sempre gli stessi: far collaborare la vittima e carpire la sua fiducia, mettendole fretta o paura assumono diverse forme, alcune molto fantasiose, ma gli **obiettivi finali di truffatori e ladri** sono sempre gli stessi: far collaborare la vittima fiducia mettendole fretta o paura, magari entrando in casa per essere più protetti.

Sei più protetto se:

- in casa entrano SOLO conoscenti
- nessuno sconosciuto gironzola per casa da solo
- quando c'è un tecnico o un funzionario per una proposta commerciale c'è anche un parente ad aiutarmi (figlio, nipote, nuora,...)
- non consegno oggetti o valori a nessuno
- prima di far entrare qualcuno verifico al telefono ciò che mi viene detto (es. al fornitore del gas, alla polizia, ...)
- i lavori nella mia abitazione sono eseguiti da persone di mia fiducia



PER CHIEDERE AIUTO O  
SEGNALARE PERSONE SOSPETTE:  
TUTTI I GIORNI DALLE 00 ALLE 24

Polizia Locale – Centrale Operativa:  
tel. 045 807 8828 - polizia.locale@comune.verona.it

PER CHIEDERE INFORMAZIONI:  
GIORNI FERIALE DALLE 9 ALLE 12

Delegazione Centro - Via Cantarane, 24  
tel. 045 800 4361 - delegazione.centro@comune.verona.it

Delegazione Borgo Trento - Piazza Arsenale, 8  
tel. 045 91 79 38 - delegazione.trento@comune.verona.it

Delegazione Borgo Venezia - Via Fedeli, 12  
tel. 045 52 00 65 - delegazione.venezia@comune.verona.it

Delegazione Borgo Milano - Via Sogare, 3  
tel. 045 57 81 22 - delegazione.milano@comune.verona.it

Delegazione Sud-Ovest - Via Tevere, 40  
tel. 045 95 09 00 - delegazione.sudovest@comune.verona.it



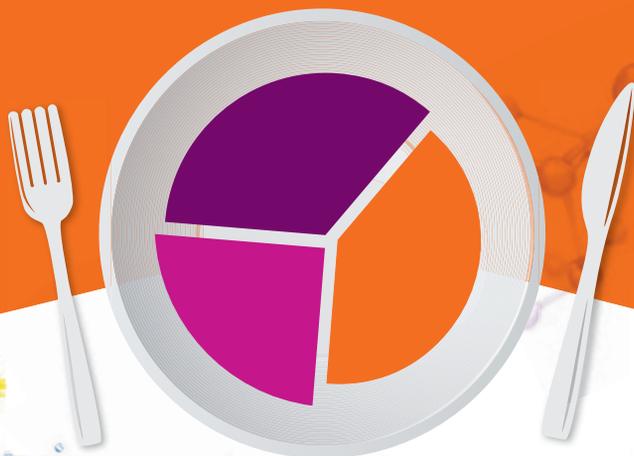
simila visibilità perché quelle riportate sono regole, indicazioni, consigli, validi sempre e in ogni località. In estate poi con lo spopolamento di città e paesi, i nostri anziani sono ancora più a rischio e i predatori ancora più intenzionati a colpirli.

Facciamo sì che questo non avvenga segnalando ai tutori dell'ordine tutto quello che ci sem-

bra sospetto - conclude Vecchioni - e insegnando contemporaneamente a nonni, genitori, vicini di casa e conoscenti a chiedere aiuto alla minima avvisaglia sia che si tratti di uno strano postino o di un nuovo e mai visto sacerdote che vuole benedire la casa. È bene ricordare che questi delinquenti non hanno rispetto per niente e per nessuno».

# PROGRAMMA

# In FORMA



**\* Contribuire al metabolismo dei grassi**



**\* Ridurre l'assorbimento dei carboidrati**



**\* Stimolare il drenaggio dei liquidi corporei**



**È un Dispositivo Medico**

CE 0373

Aut. Min. del 25/01/2021

Leggere attentamente le istruzioni e le avvertenze d'uso contenute nel foglio illustrativo

## 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 **045 6770222** 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**



# Basta fumo

In farmacia **20.000 dettagliati opuscoli** che spiegano chiaramente non solo i **danni causati dal fumo**, ma anche i **nuovi farmaci** e gli **efficaci percorsi terapeutici per smettere di fumare**.

Lo **“Speciale fumo di sigaretta”** a cura della Medicina delle Dipendenze chiede l'attenzione di tutti per **divulgare una cultura della salute e della prevenzione** che riduca il numero dei pazienti oncologici.

Il ruolo dei **laboratori galenici delle farmacie** territoriali

di Davide Calcinato

---

**M**igliaia di copie in distribuzione nelle 259 farmacie veronesi aderenti a Federfarma per fare conoscere senza reticenze la realtà sui danni causati dal tabagismo. Lo **“Speciale fumo di sigaretta: tutto quello che c'è da sapere”** a cura della Medicina delle Dipendenze dell'Azienda Universitaria Integrata di Verona, realizzato in collaborazione con Federfarma Verona e la Società italiana di Tabaccologia Sitab, affronta la tematica sotto tutti i punti di vista.

Dalla dipendenza fisica a quella psicologica, dalle interazioni con il Covid-19 alla depressione, dai percorsi terapeuti-

ci alle patologie causate dal fumo tra cui le cardiovascolari, ma aumenta del 20-40% anche il rischio di sviluppare Diabete Mellito di tipo 2. E sono solo alcuni esempi.

Nell'opuscolo informativo sono indicate le terapie anti fumo, ma anche l'utilizzo di **nuovi preparati farmacologici** come la **citisina**, un farmaco naturale estratto dalla pianta di maggiociondolo (*Laburnum anagyroides*) la cui preparazione avviene nei **laboratori galenici delle farmacie** territoriali (con obbligo di prescrizione medica), perché a tutt'oggi non interessata dalla produzione delle grandi aziende farmaceutiche.

# Medicina delle Dipendenze

Speciale fumo di sigaretta: tutto quello che è bene sapere

“Ansia e depressione:  
il ruolo del fumo di  
sigaretta”

“Smettere di fu-  
mare è possibile,  
ma come fare?”

“Fumo e Co-  
vid-19, cosa ab-  
biamo capito”

**Il fumatore: questo sconosciuto**  
Chi è il fumatore? Una persona che ha preso una cattiva abitudine che sta a perdere? Una persona che se ne frega della sua salute? Un amante del rischio? No, certo. Fumare non è un vizio (ovvero abitudine) ma una dipendenza, quindi una malattia, caratterizzata da dipendenza

come in ogni altro caso, non ha scelta. Fabio Lugoboni

Questo numero è stato realizzato in collaborazione con:

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMAVERONA**

SOCIETÀ ITALIANI DI TIRACCOLAGGI  
**SITAB**

**Per approfondire**  
Sul canale di youtube  
“Medicina delle Dipendenze  
VR” potrai trovare molti video  
che spiegano e raccontano le  
dipendenze patologiche



## Le scuse e le paure

«Spesso il fumatore finge di non sapere quali sono i danni che arreca alla propria salute oppure, se ha intenzione di smettere, non crede di potercela fare - spiega Fabio Lugoboni responsabile della MdD -, ma sbaglia perché i percorsi terapeutici esistono e sono molto validi come conferma l'esperienza del nostro centro.

La pubblicazione che ho redatto insieme alla mia équipe è utile a tutti, anche alle “vittime” indirette, cioè a tutti coloro che subiscono i danni del fumo passivo.

La lotta al tabagismo si può vincere e il primo passo è la volontà di lasciarsi alle spalle una dipendenza deleteria. Siamo certi che le farmacie, grazie alla loro estrema capillarità, veicoleranno in breve tempo tutte le 20.000 copie messe loro a disposizione».

## Servizio gratuito

Per accedere gratuitamente al reparto di Medicina delle Dipendenze dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata presso l'ospedale G.B. Rossi di Borgo Roma basta essere in possesso dell'impegnativa del medico di medicina generale e chiedere appuntamento allo 045 8128291.



### Ricordate

Rivolgervi a un centro specialistico vi darà la maggior probabilità di successo possibile. Non tralasciatela!

### I sintomi

La citisina presenta pochi e rari effetti avversi, è un farmaco sicuro!

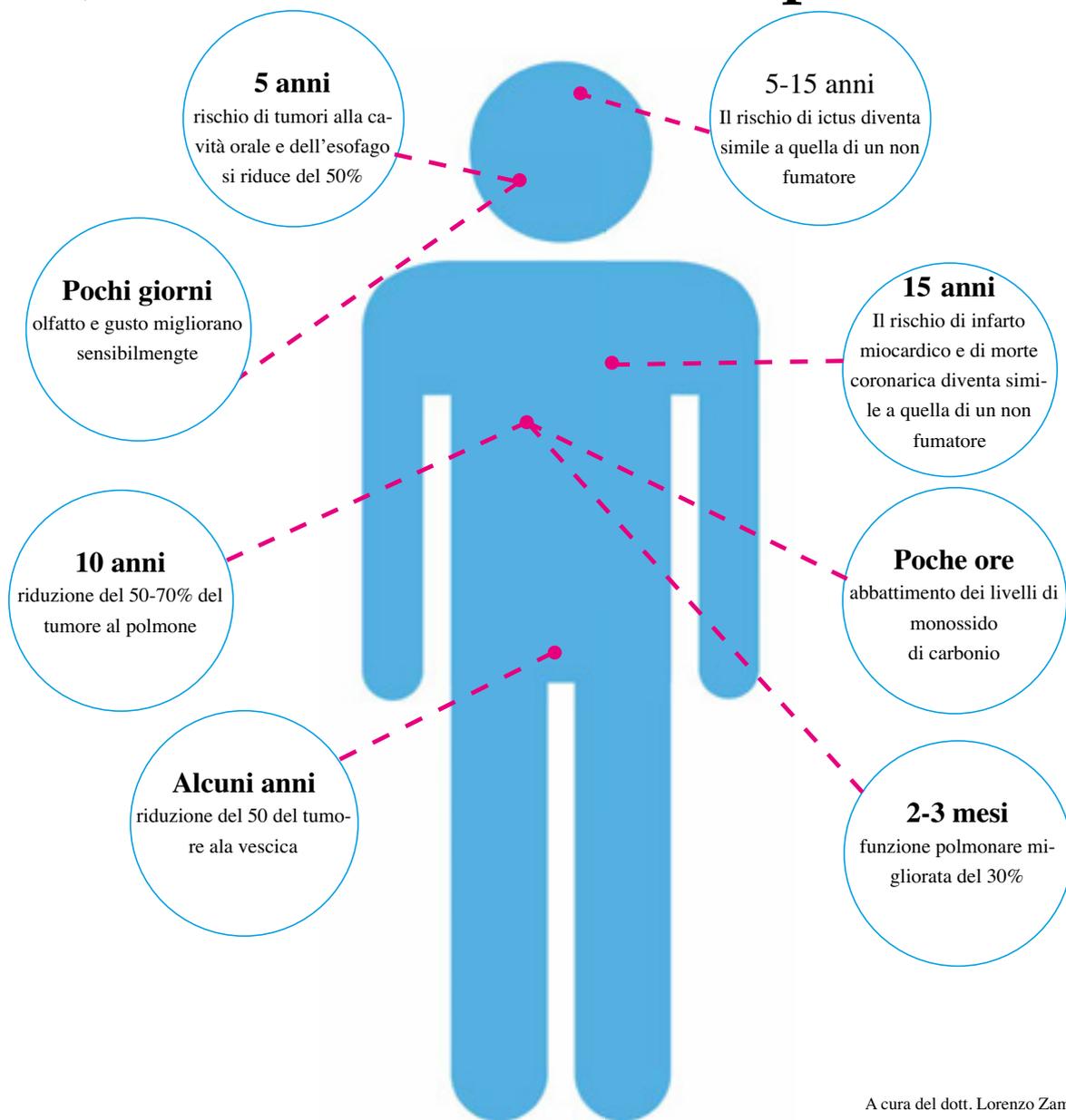
## La scelta delle farmacie

«Abbiamo aderito al progetto divulgativo della Medicina delle Dipendenze perché ha una duplice valenza: indurre i fumatori a smettere e, al contempo, fare desistere o comunque instillare il dubbio, in coloro che si stanno avvicinando al fumo - spiega Gianmarco Padovani, vicepresidente di Federfarma Verona -. La farmacia è un luogo della salute e della cultura del benessere, che si fa portatrice, come in questo caso, di messaggi di alto valore scientifico rivolti alla cittadinanza.

Nei laboratori delle singole farmacie vengono prodotti tutti i giorni medicinali preziosi perché dedicati al singolo paziente e anche nella lotta al fumo



# Quando smetto il mio corpo cambia



A cura del dott. Lorenzo Zamboni

siamo quindi in prima linea in stretta sinergia con i medici».

Nel corso degli anni Federfarma Verona si è resa parte attiva nella lotta alle dipendenze da fumo, alcol, cibo, abuso di farmaci con lezioni mirate nelle scuole e interventi nelle piazze nell'ottica della cura della salute del singolo e della collettività.

La collaborazione con la Medicina delle Dipendenze si prefigge di divulgare quanto più possibile gli stili di vita corretti in linea con le indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità e di fare sapere che il percorso di disintossicazione presso l'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona è accessibile a tutti.

# Federfarma Verona - l'Associazione delle 259 farmacie di Verona e provincia - ti offre questo servizio

## FARMACO PRONTO

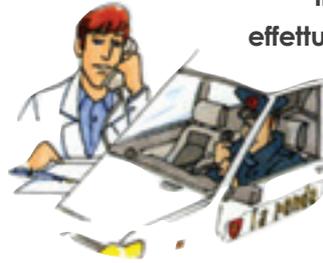


L'Associazione Titolari di Farmacia della provincia di Verona sotto l'egida dell'Ordine dei Farmacisti di Verona, offre ai cittadini anziani, disabili o alle persone sole in casa un servizio gratuito di consegna domiciliare di farmaci urgenti. È un servizio di Federfarma Verona attivato tramite i Medici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



# Kit antizanzare

Agisce contro lo sfarfallamento delle zanzare sia comuni che tigre  
è di facile uso e di sicura efficacia per un'estate più vivibile.

**Il kit antilarvale a prezzo agevolato è reperibile nelle farmacie  
territoriali di Verona e provincia**

a cura della redazione

---

**A**nche quest'anno i cittadini di Verona e provincia possono usufruire dell'agevolazione prevista per i kit antilarvali efficaci nella lotta alla proliferazione della zanzara. Grazie alla collaborazione con Federfarma Verona e Agec è possibile acquistare il kit al **prezzo agevolato di Euro 5.50 (iva inclusa)** sia presso le **farmacie** comunali che presso quelle **aderenti a Federfarma in tutto il territorio provinciale**. In tal modo i cittadini potranno assicurare la continuità degli interventi in ambito privato per tutta l'estate.

Gli interventi della pubblica amministrazione si focalizzano nelle caditoie delle aree verdi, dei parcheggi, di piazze e piazzali e in quelle di pertinenza di immobili comunali in cui avvengono periodicamente trattamenti di disinfestazione larvicida con appositi prodotti, per prevenire e limitare la proliferazione delle zanzare, come da indicazioni dell'Azienda Ulss 9 Scaligera. È proprio dove ristagna l'acqua, infatti, che le larve crescono e

rischiano di generare focolai.

Per una completa efficacia degli interventi, che sono ripetuti periodicamente, è però necessario che anche i cittadini facciano la loro parte evitando il più possibile il ristagno di acqua piovana e provvedendo a periodiche disinfestazioni tramite le pastiglie dei kit antilarvali che sono di facile utilizzo.

«Riteniamo tanto importante la lotta alle zanzare da avere coinvolto in questa iniziativa tutte le 259 farmacie della provincia di Verona che offrono, quindi, alla cittadinanza la possibilità di accedere ai kit antilarvali a prezzo calmierato per tutta l'estate - spiega Gianmarco Padovani, vicepresidente di Federfarma Verona -. Sono trattamenti molto utili per la vivibilità dei giardini che spesso non si possono praticare perché infestati sia di giorno che di notte. Ricordando che soprattutto nei bambini piccoli e negli anziani le punture delle zanzare possono provocare anche forti reazioni, la prevenzione rimane per tutti l'arma più efficace ed è auspi-

cabile che venga praticata con regolarità dal maggior numero di cittadini insieme a buone pratiche quotidiane come l'eliminazione dell'acqua stagnante».

Solo l'azione congiunta pubblico-privato può portare a ridurre al massimo la proliferazione delle zanzare e far vivere con maggiore serenità la stagione estiva.

### Rischio per la salute

Sebbene in Italia, così come in tutti i Paesi in cui è presente, la zanzara tigre sia considerata solo una fonte di fastidio a causa delle punture, l'attività ematofaga della femmina, cioè la sua abitudine a pungere, può rappresentare un serio problema

sanitario per l'uomo. L'Istituto Superiore di Sanità rende noto che questa specie risulta molto abile, come vettore biologico, nel trasmettere diverse infezioni virali, tra le quali alcune molto gravi, come i virus dengue (DENV), chikungunya (CHIKV) e febbre gialla (YFV).

I serbatoi del virus della febbre West Nile (West Nile Fever) sono gli uccelli selvatici e le zanzare (più frequentemente del tipo *Culex*), le cui punture sono il principale mezzo di trasmissione all'uomo. Altri mezzi di infezione documentati, anche se molto più rari, sono trapianti di organi, trasfusioni di sangue e la trasmissione madre-feto in gravidanza.

La febbre West Nile non si trasmette da persona a persona tramite il contatto con le persone infette. Il virus infetta anche altri mammiferi, soprattutto equini, ma in alcuni casi anche cani, gatti, conigli e altri.

### Prevenzione

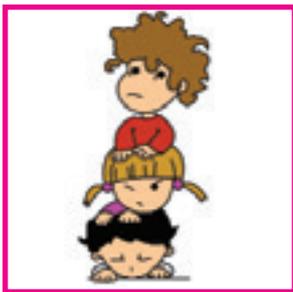
Come esposto nel Piano Nazionale di prevenzione, sorveglianza e risposta alle Arbovirosi (PNA) 2020-2025, un'azione di contrasto alla diffusione della zanzara tigre, che risulti efficace e a basso impatto ambientale, deve essere di natura preventiva, volta a limitare tutte quelle situazioni e comportamenti che possano facilitare la riproduzione della specie.



Innanzitutto, deve consistere nell'**individuazione e rimozione dei focolai larvali**, cioè delle piccole raccolte d'acqua dove possono svilupparsi le larve della zanzara tigre. In ambito privato, dove più facilmente questa specie prospera ad alte densità e dove è più difficile intervenire, risulta essenziale la collaborazione della cittadinanza, che per questo motivo deve essere coinvolta e sensibilizzata sulle corrette pratiche di igiene ambientale, attraverso un'informazione mirata.

### Zanzare e Covid 19

Sia la zanzara tigre (*Aedes albopictus*) che la zanzara comune (*Culex pipiens*) **non sono in grado di trasmettere il virus SARS-CoV-2**. Lo dimostrano i dati preliminari di uno studio condotto da un team di entomologi e virologi dell'Istituto Superiore di Sanità, in collaborazione con l'Istituto Zooprofilattico Sperimentale delle Venezie, proprio per valutare, attraverso prove di infezione sperimentale, la competenza vettoriale delle due specie di zanzare. La ricerca ha mostrato che il virus, una volta penetrato all'interno della zanzara mediante un pasto di sangue infetto, non è in grado di replicarsi e quindi di essere successivamente inoculato dalla zanzara attraverso una puntura.



# Salute Bambini

## Stress tossico

La **pandemia** ha alterato tutti, ma **i più colpiti psicologicamente sono bambini e ragazzi**.  
Il ruolo di genitori e pediatri per evitare che la situazione sfugga di mano

**D**isturbi d'ansia, sonno, irritabilità, regressione: sono gli effetti psicologici causati dalla pandemia da Covid sulla salute mentale di bambini e adolescenti.

Il 99% degli under 18 nel mondo ha sperimentato nei mesi scorsi varie forme di limitazione della propria autonomia di movimento, compresa la sospensione della frequenza scolastica. E il 60% vive in Paesi che hanno subito lockdown parziali o totali. Effetti che possono essere gestiti e ridotti quanto più precocemente se genitori e pediatri intervengono per **evitare che lo stress diventi tossico**. A fare il punto è l'Istituto superiore di sanità (ISS) che passa in rassegna diversi studi sull'argomento.

I risultati di queste ricerche, messe in campo per superare le conseguenze psicologiche di questo fenomeno che l'umanità affronta per la prima volta, evidenziano quanto gli **alti livelli di stress e isolamento abbiano influenzato lo sviluppo psico-fisico di bambini e adolescenti**, con previsioni anche a lungo termine, pesando maggiormente su chi si trova in situazioni di povertà economica, sociale, educativa.

Secondo una ricerca dell'Università di Harvard svolta tra marzo e aprile 2021 su un campione di 3.453 individui (alla quale hanno preso parte per l'Italia l'ospedale pediatrico Gaslini e l'università di Genova) è emerso, per quel che riguarda le famiglie italiane con figli minorenni, che nel 65% dei bambini sotto i 6 anni e nel 71% sopra i 6 anni ci sono stati **problemi comportamentali e sintomi di regressione**. Sotto i 6 anni i disturbi più frequenti sono stati l'**aumento dell'irritabilità, disturbi del sonno e d'ansia** (inquietudine, ansia da separazione), mentre tra i 6 e 18

anni sono prevalsi disturbi d'ansia, **sensazione di mancanza d'aria e del sonno**.

Uno studio inglese pubblicato su The Lancet ha invece confrontato lo stato di **salute mentale della popolazione prima e durante il lockdown**, rilevando un aumento dei livelli di stress tra i 16 e 24 anni, salito dal 24,5% del 2019 al 37% di aprile del 2020.

Infine, uno studio del Dipartimento di Scienze formative, psicologiche e della comunicazione dell'Università Suor Orsola Benincasa di Napoli condotto su 300 studenti ha appurato che ansia, depressione, **alterazione dei ritmi del sonno, della quantità/qualità dell'alimentazione** sono le principali conseguenze sugli adolescenti di oltre un anno di emergenza sanitaria da Coronavirus.

Quello che può fare la differenza è l'**atteggiamento protettivo e di supporto dei genitori** nel modulare le reazioni emotive dei figli legate allo stress. Per questo, sottolinea l'Istituto superiore di sanità, è importante supportare il ruolo dei genitori, ma anche degli insegnanti, coinvolgendo dei professionisti sanitari impegnati sul territorio nella **promozione della salute e in ambito pediatrico, psicologico e neuropsichiatrico**, in collaborazione con la **scuola**. Bisognerà, spiega l'ISS, tenere alta l'attenzione per capire a fondo l'impatto del Covid-19 sulla salute mentale di bambini e adolescenti, rafforzare i servizi di salute mentale nell'eventualità di un'ondata di casi di depressione e garantire supporto ai genitori, affinché possano aiutare i figli a sviluppare consapevolezza ed elaborare le emozioni, ricostruire i rapporti e riadattarsi al ritrovato ritmo della vita pre-pandemia.





# Salute Anziani

## Metodo positivo

Quando si affronta la **malattia di Alzheimer** e più in generale le **demenze** serve un approccio metodologico e immediato: **formazione, informazione, sostegno, attività**

«**S**iamo familiari, volontari, professionisti impegnati ad **aiutare e sostenere** le persone ammalate di demenza e i loro familiari nel lungo e gravoso percorso della malattia che, secondo noi, deve essere affrontata con metodo e positività affinché tutti possano trarre beneficio da una situazione certamente dolorosa e molto complessa».

Si presentano così i volontari dell'AFMA, Associazione Familiari Malati di Alzheimer Verona attiva nel territorio veronese da un trentennio con numerose attività a sostegno dei pazienti e dei caregiver, cioè di coloro che si prendono cura di chi non può più gestire in maniera autonoma la sua esistenza.

«Arrivano da noi disorientati e increduli di ciò che sta succedendo alla loro famiglia, non sanno come **affrontare la tragedia della demenza che scardina i rapporti** e non viene, soprattutto all'inizio, accettata - spiega Giorgio Pedron, presidente AFMA Verona -. Non si vuole credere di essere precipitati in quello che sembra un tunnel infinito dal quale, da soli, è veramente difficile uscire».

Tra le numerose attività dell'associazione anche i corsi di formazione e i seminari rivolti a medici, paramedici, volontari e familiari con lo scopo di acquisire tutte le conoscenze utili per una migliore gestione ed assistenza del paziente con demenza.

Nell'ambito dell'attività formativa recentemente è stato inserito l'«**approccio capacitante**», un metodo di aiuto molto articolato che considera uomini e donne ammalati, portatori di compe-

tenze elementari, "ancora" delle persone che, come tali, devono essere riconosciute e vivere serenamente insieme agli altri.

«Importanti contributi vengono offerti dai nostri **Centri di Sollievo** dove si pratica l'approccio integrato di stimolazione cognitiva, psicomotoria e relazionale, intervento cardine sulla persona ammalata. Con la frase "**prendersi cura di chi si prende cura**" indichiamo - continua Pedron - gli interventi a favore dei familiari che vengono declinati negli incontri di sostegno psicologico individuale, di gruppo ed altre attività specifiche».

Tra i progetti svolti un'esperienza densa di significati positivi per il binomio malato-caregiver è stata quella nei **musei** denominata "arte per superare la solitudine". «Con questa attività abbiamo voluto dare particolare attenzione all'**inclusione sociale**, alla riduzione dello stigma della malattia e al coinvolgimento di **luoghi di cura non convenzionali**, quali appunto i musei - conclude Pedron -. Un'esperienza biennale che è stata molto apprezzata dai familiari e che desideriamo ripetere quanto prima. Speriamo di lasciarci definitivamente alle spalle la difficile esperienza del Covid che, a causa del forzato isolamento, è stata particolarmente drammatica per **le famiglie seguite per lunghissimi mesi solo via web o al telefono**. Adesso le cose stanno velocemente cambiando e quindi iniziative e servizi vengono riattivati offrendo nuovamente il pieno sostegno ai nostri associati.

Fondamentale l'**impegno divulgativo** che si è concretizzato nella recente riedizione della pub-

blicazione "È ancora lui, è ancora lei! Un manuale per un approccio positivo alla malattia di Alzheimer e alle altre demenze" scritto affinché chi assiste il malato possa usufruire di quanto gli serve per essere un portatore di cura, caregiver appunto, ben formato.

«Il manuale vuole essere un compagno di viaggio che affronta l'esperienza della malattia in maniera positiva, senza nascondere le oggettive difficoltà e il grande dolore che ne consegue, ma volendoli superare - spiega Giuseppe Gambina, neurologo, referente scientifico dell'AFMA e curatore insieme a Giorgio Soffiantini del manuale-. L'approccio deve essere "scientifico", fondato sul metodo e non sull'improvvisazione personale che ad un certo punto travolge inevitabilmente anche il familiare più assiduo e devoto. Un altro aspetto per noi determinante è tenere sempre presente che la persona malata è ancora completamente "persona" e le si deve **garantire la dignità più piena**.

Nel manuale si trovano **consigli pratici** riguardo dall'interazione con il malato, ma anche informazioni mediche che riguardano la patologia o i compiti delle istituzioni, le esperienze dei familiari, le tipologie di intervento e molto altro.

Infine un auspicio che riguarda uno specifico intervento delle **strutture ospedaliere**. Dopo la

# È ANCORA LUI, È ANCORA LEI!

*Un manuale per un approccio positivo alla malattia di Alzheimer e alle altre demenze*

A cura di  
Giuseppe Gambina e Giorgio Soffiantini



diagnosi con o senza ricovero, **è importante che gli interventi di supporto partano immediatamente** e affinché ciò avvenga è necessario che proprio dalle strutture sanitarie i parenti ricevano i contatti delle associazioni presenti sul territorio.

L'**aiuto immediato** grazie anche al sostegno e al consiglio di chi ci è già passato, può migliorare enormemente la qualità della vita di tutti: familiari e, in primo luogo, pazienti.

Per info: AFMA Verona via G. Marconi, 21.  
Tel. 045 8345975 - [www.alzheimerfamiliari.it](http://www.alzheimerfamiliari.it)



# Quattro passi di Salute

## A spasso nell'acqua

Camminare nei laghi e ancora di più nel mare apporta molti benefici a tutto il corpo. Dal **drenaggio dei liquidi**, alla **circolazione**, dalla cura della **pelle** fino alla **serenità**

**S**gonfiare il fisico e soprattutto le gambe. L'acqua, soprattutto di mare, è un toccasana unico per chi soffre di **ritenzione idrica** cioè la tendenza ad accumulare liquidi causata da oscillazioni ormonali, sedentarietà, problemi di circolazione venosa e linfatica, ma anche da una scorretta alimentazione.

Il mare è in grado di **drenare ogni angolo del corpo** con una maggiore evidenza per gli **arti inferiori** che, avendoci sorretto per tutti i mesi invernali con scarpe strette, tacchi alti, stivali, pantaloni attillati e scorrette posture adesso non ce la fanno proprio più e chiedono aiuto.

Se, inoltre, siamo reduci dalle ormai "canoniche" otto e più ore immobili davanti al computer, se siamo abituati ad accavallare le gambe, se stiamo lunghe ore in piedi per lavoro e non facciamo almeno mezz'ora di camminata veloce al giorno allora il mare è proprio necessario. La camminata in **acqua, anche quella dolce**, è doppiamente efficace perché al semplice movimento si aggiungono la forza sviluppata per contrastare la forza dell'acqua che regala contemporaneamente un benefico **massaggio stimolante della circolazione sanguigna e linfatica**. Da qui la progressiva eliminazione dei liquidi corporei e la depurazione da scorie e tossine. Se si tratta, poi, dell'**acqua marina il risultato è senza dubbio maggiore** per la concentrazione dei sali (particolarmente salato è il Mare Adriatico settentrionale) che sfruttando il principio fisico dell'**osmosi**, attirano a sé i liquidi che vengono quindi eliminati dal corpo.

Quando la **pelle** si trova a contatto con l'acqua di mare, inoltre, trova giovamento dallo scam-

bio dei suoi oligoelementi e dei minerali con conseguente **azione rivitalizzante e antiossidante** grazie all'azione di contrasto verso i radicali liberi.

Un ulteriore elemento positivo è dato dal **fondale marino**. La **sabbia aiuta il piede ad appoggiare con dolcezza**, con tutta la pianta in maniera corretta, stimolando ulteriormente la circolazione grazie all'effetto di "pompaggio" dal basso verso l'alto. Anche la camminata sulla sabbia a secco è molto consigliata per allenare le gambe, rinforzare caviglie, ginocchia facendo lavorare in maniera più intensa ed efficace gli arti inferiori.

Bisogna però fare molta attenzione quando si fanno le lunghe passeggiate in acqua a **evitare le ore più calde** e a **proteggere sempre la pelle con le creme ad alta schermatura** e il capo con cappelli meglio se a larga tesa. I raggi del sole diretti e intensi, infatti, sono dannosi per la pelle che invecchia precocemente.

Per una maggiore performance la camminata deve essere a **passo sostenuto** perché con il movimento intenso anche l'azione del massaggio dell'acqua risulta più efficace.

Più ci si sposta al largo e maggiore sarà l'attrito dell'acqua. Sul **bagnasciuga**, o battigia si fa

### Cosa contiene l'acqua di mare

L'acqua di mare è una soluzione ricca di sali minerali ed oligoelementi che contiene il classico sale (cloruro di sodio) ma anche magnesio, calcio e potassio, inoltre minerali come zinco, ferro, rame o elementi come bromo, fosforo e iodio.



ovviamente meno fatica. Il consiglio è di **immergersi gradatamente fino alle ginocchia per poi salire fino ai fianchi** (attenzione dopo pranzo alle congestioni) e di fare passeggiate “subacquee” di almeno mezz'ora per godere di tutti i benefici.

L'esercizio acquatico è ottimo per tutti perché si

tratta di un **movimento dolce**, basti pensare al suo utilizzo nella riabilitazione fisioterapica che genera oltre a quello fisico, un beneficio mentale tanto da fare ipotizzare che anche solo contemplare o ascoltare il suono dell'acqua contribuisca ad aumentare la produzione delle **endorfine**, i cosiddetti “ormoni della felicità”.



# Salute Animali

## Cura meno cara

**Farmaci ad uso umano per gli animali d'affezione** con un forte vantaggio economico per famiglie e Comuni. Molti proprietari **hanno rinunciato alle cure per i costi elevati**

**L**uci e ombre sul provvedimento governativo "Uso in deroga di medicinali per uso umano per animali non destinati alla produzione di alimenti" del Ministero della Salute e pubblicato in Gazzetta Ufficiale il 21 maggio 2021. Il decreto prevede che il veterinario possa prescrivere medicinali per uso umano per la cura degli animali domestici "a condizione che tale medicinale contenga il medesimo principio attivo del medicinale veterinario". Per il **Ministro Roberto Speranza**: «Si tratta di **un provvedimento di equità atteso da anni da milioni di cittadini**. Una scelta che consentirà di garantire con più facilità le **cure agli animali** da compagnia e un **risparmio importante per tante famiglie italiane e per le strutture che si occupano di cani e gatti**». È dal 2006 - precisa una nota del Ministero - che associazioni animaliste, parlamentari, consiglieri regionali e comunali di diverso orientamento politico hanno sostenuto questo obiettivo, denunciando prezzi troppo elevati dei farmaci veterinari che spesso sono la causa dell'abbandono degli animali.

### Le associazioni animaliste

Per la Lav lega antivivisezione è una conquista a favore di circa 15 milioni di animali, considerando solo i cani e i gatti, e delle loro famiglie.

«Con la possibilità, seppure a prezzo intero, di somministrare un farmaco umano che abbia lo stesso principio attivo di quello veterinario, se il cane o il gatto avranno la **gastrite** si potranno **risparmiare 20 euro per ogni confezione**, mentre per una patologia cronica come la **cardiopatìa** si potranno **risparmiare 334 euro all'anno** (per un

cane di 20 kg) e ben 524 euro se ha bisogno anche del **diuretico** - dichiara Ilaria Innocenti, responsabile LAV Area Animali familiari -. E se il suo problema è la **dermatite atopica**, si potranno risparmiare ben 432,44 euro per un ciclo di terapia. Si potrà risparmiare anche nel caso in cui il cane soffra di **epilessia idiopatica**, considerato come la terapia con un farmaco umano che contiene lo stesso principio attivo di quello veterinario possa costare in media 135 euro in meno all'anno. E se il gatto di 5 kg soffre di **ipertiroidismo**, il risparmio annuo sarà di 138 euro». Sempre secondo la Lav «I positivi effetti di questo Decreto non solo non graveranno sulla finanza pubblica, ma permetteranno un risparmio alla collettività **prevenendo l'abbandono**, facendo risparmiare i Comuni sulle cure veterinarie e favorendo e adottazioni. Un'Amministrazione locale per i propri quattrozampe in canile su una spesa annua di farmaci oggi di 15mila euro ne risparmiarono fino a 11.250».

### Dubbi dei veterinari

Giudizio critico, invece, dell'ANMVI l'Associazione nazionale medici veterinari italiani, che in una nota dichiara: «Ai proprietari è stato comunicato un decreto diverso da quello pubblicato in Gazzetta Ufficiale.

È un **provvedimento solo apparentemente migliorativo** delle terapie di cura negli animali da compagnia perché non basterà la parità del principio attivo per poter prescrivere il medicinale ad uso umano che costa meno. Il decreto costringe il medico veterinario ad uno slalom prescrittivo fra paletti, limitazioni e divieti che di fatto



vanificano il principio della "miglior convenienza economica dell'acquirente". Infatti, a parità di principio attivo- fra medicinale veterinario e medicinale ad uso umano- quest'ultimo potrà essere prescritto solamente in presenza di ulteriori pre-condizioni come ad esempio la circostanza che l'uso del medicinale veterinario sia rischioso o controindicato per l'animale in cura. **Dietro l'annuncio del risparmio economico, si nascondono forti limitazioni di accesso al medicinale ad uso umano.** Non solo perché l'AIFA potrà precluderlo alla prescrizione veterinaria (una novità assoluta) ma anche perché vengono vietate all'impiego veterinario alcune classi di medicinali antibiotici ad uso umano.

Quanto agli **antibiotici non vietati**, si impone al Medico Veterinario l'obbligo del test di sensibilità, una verifica che può richiedere fino a sette giorni e che rischia di ritardare il trattamento di infezioni gravi negli animali da compagnia. Per questo, la Veterinaria europea chiede di sviluppare test rapidi. L'ANMVI aveva proposto al Ministero della Salute di individuare forme di risparmio all'interno del settore veterinario, ad esempio sviluppando il mercato dei medicinali veterinari gene-

rici, come previsto dal regolamento europeo sui medicinali veterinari che entrerà in vigore il 28 gennaio 2022».

### **Le farmacie**

«Per anni abbiamo ascoltato impotenti il **grido di allarme della cittadinanza** che faticava a curare i propri animali - dichiara Matteo Vanzan, segretario di Federfarma Verona -. Anche se ci sono dei nodi da sciogliere, dopo l'entrata in vigore del decreto **abbiamo già toccato con mano in farmacia l'aumento delle prescrizioni veterinarie per farmaci ad uso umano.** La finalità del Ministero è positiva e va incontro alle difficoltà economiche delle famiglie, a maggior ragione in questo particolare momento storico.

I proprietari oggi sono sicuramente soddisfatti anche perché **possono ulteriormente risparmiare, mantenendo sempre l'elevata qualità** del prodotto, con l'utilizzo per i propri animali del **farmaco equivalente**, da molti chiamato ancora "generico", che Federfarma da sempre sostiene nell'ottica di cure più accessibili a tutti, e ora anche ai *pet*, a supporto, inoltre, in una visione più ampia, della farmaco economia».

# NOVITÀ IN



## Detossificare il fisico ed eliminare i liquidi in eccesso

**DETOXDREN FORTE SELLA** è un integratore alimentare detossificante e drenante a base di Estratti Vegetali, Sali Minerali e Succo di Melagrana, utile a contrastare la ritenzione idrica ovvero la tendenza dell'organismo a trattenere liquidi e tossine che si accumulano, generando gonfiore, meglio conosciuto come **"effetto palloncino"**. La ritenzione idrica può insorgere per sedentarietà, consumo di alcol, fumo, fattori ormonali, dieta scorretta, stress eccessivo, condizioni patologiche e uso di alcuni farmaci. **Detoxdren Forte è in grado di favorire l'eliminazione dei liquidi in eccesso.** Nello specifico, gli estratti di Ginepro, Thè verde e Pilosella coadiuvano il drenaggio dei liquidi corporei e insieme agli estratti di Verga d'oro, Betulla, Orthosiphon e Equiseto favoriscono la funzionalità delle vie urinarie. I sali minerali sono utili in caso di **eccessiva sudorazione**. Inoltre, la presenza del Succo di Melagrana grazie alla sua azione antiossidante difende l'organismo dai **radicali liberi** indotti da inquinamento ed esposizione solare. La confezione contiene un flacone da 500 ml. Si consiglia l'assunzione di 40 ml in 1 litro di acqua. Senza glutine e zuccheri aggiunti. Prezzo consigliato al pubblico: Detoxdren Forte: 500 ml euro 22,90 in farmacia.



## Aiutare l'intestino con dolcezza

Per favorire l'azione evacuante **Phyto Garda** propone **TRANSITA® MICROLAX**, un dispositivo medico ad attività lassativa che unisce l'azione evacuante del glicerolo all'azione protettiva e lenitiva sulla mucosa rettale di MOVISOFT™, un complesso di attivi naturali (Miele, Camomilla, Malva e Acido ialuronico). Utilizzare 1 microclisma da 9 g al giorno. In caso di stipsi ostinata, applicare 2 volte al giorno. Senza glutine. Disponibile anche nella **versione pediatrica (TRANSITA® MICROLAX PEDIATRIC 6 microclismi da 3g)**. P.P:Transita Microlax 6 microclismi monouso da 9 g, euro 20. Contatto: [marketingscientifico@phytogarda.it](mailto:marketingscientifico@phytogarda.it)

# F A R M A C I A

## Sonno tranquillo in due diverse fasi

**GOOD NIGHT ZENTIVA** è l'innovativo integratore alimentare con Melatonina, GABA, Valeriana, Passiflora, Papavero della California, Vitamine B3 e B6. Una novità **per riscoprire il piacere di dormire!** **Good Night** è un prodotto con una nuova tecnologia sul mercato, progettato per ritrovare il piacere di una lunga notte di sonno. I suoi componenti sono stati selezionati per ottenere **un'azione sinergica** che contribuisca all'addormentamento, al mantenimento di un sonno tranquillo e alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento. La sua formula innovativa con una compressa a doppio strato garantisce un **rilascio intelligente dei nutrienti in due fasi, per un'azione immediata (30 minuti) e un effetto prolungato (8 ore)**. Gli strati della compressa si sciolgono a velocità diverse per rilasciare i componenti in momenti differenti durante la notte: lo strato superiore con Melatonina si scioglie subito dopo aver ingerito la compressa e contribuisce a ridurre il tempo necessario per addormentarsi; lo strato inferiore con gli altri componenti si scioglie più lentamente, rilasciando gli altri nutrienti durante le ore di sonno, per migliorarne la qualità e ridurre i risvegli notturni. In confezione da 30 compresse - 1 compressa al giorno.



## Drenare i liquidi corporei durante l'estate

Parte della linea **ESTRATTI DI PIANTE, Pilosella di BOIRON** è un integratore alimentare a base di estratti vegetali, che **favorisce il drenaggio dei liquidi corporei**. Indicato per adulti e ragazzi al di sopra dei 12 anni; si consiglia di assumere 2,5 ml 1-3 volte al dì con bicchiere dosatore in un po' d'acqua. Gli **integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta variata, equilibrata e di uno stile di vita sano**. Prima dell'uso leggere le avvertenze riportate sulla confezione. Maggiori informazioni sugli Estratti di Pianta Boiron sono disponibili sul sito [www.boiron.it](http://www.boiron.it).





# GUARDIA FARMACEUTICA DI VERONA E PROVINCIA

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



Disponibile anche su [federfarmaverona.it](http://federfarmaverona.it) - [mobile.farmacieverona.it](http://mobile.farmacieverona.it) - Tel 045 8041996 - app Farmamia Verona

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 22 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 24 GIUGNO 2021

AL SEMINARIO	Veronetta - VR	Via Int. Acqua Morta, 42	BACCHIELLI	Oppeano	Via XXVI Aprile, 18
COM.LE B.GO NUOVO	Borgo Nuovo - VR	Via Taormina, 23/C	MAD. d. SALUTE	Porto di Legnago	P.za d/Costituzione, 21
ARMANI	Golosine - VR	Via Tanaro, 11	LUGAGNANO	Lugagnano	Via Pelacane, 16 A
SACRA FAMIGLIA	Sacra Famiglia - VR	Via Vigasio, 51	DEI COLLI VERONESI	Negrar	V.le Europa, 3
COM.LE CADIDAVID	Cadidauid - VR	Via F. Carmagnola, 36	ALL'ADIGE	Sega di Cavaion	Via Marconi, 20
POMARI	S. Mart. Buonalbergo	Via Nazionale, 9/B	COM.LE DOSSOBUONO	Dossobuono	Via Stazione, 34
VILLABELLA	Villabella S. Bonifacio	Località Villabella, 24/H	VALEGGIO	Valeggio sul Mincio	P.za San Rocco, 15
BASSETTO	Veronella	Via S. Marcello, 6	COM.LE BASSINI	Vigasio	P.za Papa A. Luciani, 6
S. PAOLO	S. Giovanni Ilarione	P.za dell'Osto, 37	S. GIOV. BATTISTA	Erbè	Via XXV Aprile, 11

## DALLE ORE 9:00 DEL 24 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 26 GIUGNO 2021

S. NAZARO	Veronetta - VR	Via Muro Padri, 56	MAGAGNOTTO	Roncà	Via Giovanni XXIII, 6
MARTARI	Borgo Trento - VR	P.za Vitt. Veneto, 22	NARDI	Ronco all'Adige	Viale Vitt. Veneto, 10
BETTINI	Saval - VR	Via Marin Faliero, 71	FIDES	Casaleone	Via Vitt. Veneto, 43
COM.LE TOMBA	Borgo Roma - VR	Via Centro, 237	ORLANDO	Boschi S. Anna	Via Caseggiato, 5
MAD. d. SALUTE	Mad. di Dossobuono	Via Mantovana, 127/B	PRECERUTI	S. Vito di Bussolengo	Via Piemonte, 81/B
GHIÀIA	Castel d'Azzano	Via Mascagni, 77	ALL'ANGELO	Negrar	Via S. Martino, 3
PANTHEON	Santa Maria in Stelle	Via della Collina, 1/C	ALLA MADONNA	Bardolino	Via Croce, 35
VITTORIA	S. Mart. Buonalbergo	Via P. Piazzola, 18/20	CENT.LE NERI	Isola della Scala	Via Spaziani, 8
AL REDENTORE	S. Bonifacio	P.za Costituzione, 21			

## DALLE ORE 9:00 DEL 26 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 28 GIUGNO 2021

COGHI	Borgo Trento - VR	Via IV Novembre, 11	SARTORI	Vallese di Oppeano	Via Spinetti, 97
COM.LE CHIEVO	Chievo - VR	Via Berardi, 94	COPIIARDI	S. Pietro di Legnago	Via Padana Inf. Ovest, 17
COM.LE GOLOSINE	Golosine - VR	Via Po, 8	SABINI	Roncanova Gazzo V.se	Via Roma, 19/21
FONGARO	Biondella - VR	Via Cipolla, 11	COM.LE SONA	Sona	P.za della Vittoria, 10
VANZAN	S. Pietro di Lavagno	Via Fontana, 44	BRAGHETTA	S. Ambr. Valpolicella	Via G. Matteotti, 10/A
GIUSTI	Albaredo d'Adige	P.za V. Emanuele, 3	CENT.LE MONTRESOR	Valeggio sul Mincio	P.za Vitt. Veneto, 11
SALUS	S. Giovanni Ilarione	Viale dell'Industria, 72	FERRON	Vigasio	Via Risorgimento, 2/A
NUOVA CAMPAGNOLA	Zevio - Campagnola	Via G. Pascoli, 10/B			

## DALLE ORE 9:00 DEL 28 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 30 GIUGNO 2021

S. ANASTASIA	Centro Storico - VR	Via Massalongo, 3/C	ALL'ANGELO	Villabartolomea	Corso Fraccaroli, 133
S. MARCO	Borgo Milano - VR	Via A. Gramsci, 6	BELLINI	Asparetto di Cerea	Str. Prov. 2 Isoella, 52A
SOPRANA	Parona - VR	L.go Staz. Vecchia, 6	COM.LE PALAZZOLO	Palazzolo di Sona	Via IV Novembre, 46
ZAI	Zai - VR	L.go Perlar, 12	BRAGHETTA	Fumane	Viale Verona, 71
CECCHERELLI	Borgo Trieste - VR	Via Pisano, 51	DEL GARDA	Garda	Corso Italia, 78
DELL'ASSUNTA	Grezzana	Via Roma, 43	PERINA	Valeggio sul Mincio	Via Gottardi, 30
COM.LE	Coriano V.se-Albaredo	Via Gennari, 28	ALPO	Alpo di Villafranca	Via Don A. Provolo, 4
NICOLI	Belfiore	Via Monti Lessini, 4	RIZZOLO	S. Anna d'Alfaedo	P.za V. Emanuele, 5A
DANI	Palù	Via Roma, 16			

## DALLE ORE 9:00 DEL 30 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 2 LUGLIO 2021

COM. GRATTACIELO	Centro Storico - VR	P.za Santo Spirito, 2/B1	SANTAMARIA	S. Maria di Zevio	Via I° Maggio, 8/A
BURRI	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 4	COM.LE FAKES	Bovolone	Via San Pierin, 59
DELL'IMMACOLATA	S. Marco - VR	Via Don Luigi Sturzo, 3	SEGALA	Angiari	Via Lungo Bussè, 890
SS. REDENTORE	Marchesino Buttapietra	Via Monte Carega, 4	BENINCASA	Bussolengo	Via De Gasperi, 31
S. ANTONIO	Borgo Venezia - VR	Via Col. Fincato, 66	SANT'ANNA	Calmasino Bardolino	Via Verona, 63
ANTICHE TERME	Caldiero	Via Strà, 50	MORTARI	Villafranca	Via Pace, 29
BIONDANI	Pressana	Via Giovanni XXIII, 1	AMBROSINI	Caprino V.se	P.za Roma, 18
MAINIERI	Cerro Veronese	P.za Alferia, 1			

## DALLE ORE 9:00 DEL 2 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 4 LUGLIO 2021

S. TOMIO	Centro Storico - VR	Via Mazzini, 11	MELA	Villafontana	Via Villafontana, 30
BORGO ANTICO	Avesa - VR	Via Podgora, 16 B	BERTOLASO	S. Pietro di Morubio	Via Kennedy, 3
BACCHINI	Borgo Roma - VR	Via Giuliari, 23	S.VITO	S. Vito di Cerea	Via Mantova, 66
GIAROLO	S. Michele Extra - VR	Via A. Fedeli, 50	COM.LE SOMMACAMP.	Sommacampagna	Via Gidino, 2
S. APOLLINARE	Lugo di Grezzana	Via Bombieri, 16	SETTIMO MIGLIO	Settimo di Pescantina	Via Bertoldi, 84
NIGRI	S. Mart. Buonalbergo	P.za del Popolo, 2	MAD. d. SOCCORSO	Torri del Benaco	Via Gardesana, 1205
FARINELLI	Costalunga Monteforte	Via Aroldi, 25	PARMIGIANI	Quaderni di Villafranca	Via De Amicis, 22
AL POMO D'ORO	Cologna Veneta	Via Cavour, 66/68	PEDROTTI	Trevenzuolo	Via Roma, 47 A
SILVA DI PROGNO	Silva di Progno	Via Trento, 2			

**DALLE ORE 9:00 DEL 4 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 6 LUGLIO 2021**

<b>PONTE PIETRA</b>	Veronetta - VR	Regaste Redentore, 8/C	<b>COM.LE BARIONI</b>	Ca' d'Oppi Oppeano	Via Croce, 93
<b>PANCALDO</b>	Corte Pancaldo - VR	Via L. Pancaldo, 34	<b>STORI</b>	Sanguinetto	Via Battisti, 124
<b>COM.LE OLIMPIA</b>	Stadio - VR	Via Palladio, 61	<b>ZERBINATO</b>	Bevilacqua	Via Roma, 239
<b>S. PANCRAZIO</b>	Porto S. Pancrazio - VR	Via Galilei, 70	<b>BALCONI</b>	Balconi di Pescantina	Via Brennero, 71/B
<b>POZZO</b>	Pozzo S. Giov. Lupatoto	Via XXIV Maggio, 16	<b>ALLA MADONNA</b>	Piovezzano Pastrengo	Via Due Porte, 41/C
<b>MONTANARI</b>	Vago di Lavagno	Via Copernico, 5	<b>COM.LE MARTINELLI</b>	Villafranca	Corso V. Emanuele, 236
<b>FRACASTORO</b>	Prova di S. Bonifacio	Via Prova, 55/A	<b>SILVI</b>	Pellegrina Isola d/Scala	Via Abetone, 85
<b>LESSINIA</b>	Boscochiesanuova	Pza della Chiesa, 25	<b>VALDADIGE</b>	Peri di Dolcè	Via Brennero, 303

**DALLE ORE 9:00 DEL 6 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 8 LUGLIO 2021**

<b>S. FERMO</b>	Centro Storico - VR	Stradone S. Fermo, 40	<b>S. NICOLÒ</b>	Roverè	P.za V. Emanuele, 32
<b>PADOVANI</b>	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 39	<b>CROSARE</b>	Bovolone-Crosare	Via Crosare, 125
<b>PALLADIO</b>	Stadio - VR	Via Albere, 63	<b>BOCCHI</b>	Legnago	Via Minghetti, 9
<b>SOAVE</b>	S. Massimo - VR	Via S. Lucillo, 8	<b>TREVENZOLI</b>	S. Pietro Incariano	Via Ingelheim, 1
<b>MARCHIORI S. CROCE</b>	Borgo Santa Croce - VR	Via Villa Cozza, 28	<b>S. GIORGIO IN SALICI</b>	San Giorgio in Salici	Via Don V. Castello, 8
<b>MARTELLETO</b>	Colognola ai Colli	Via Montanara, 32	<b>RUZZA</b>	Peschiera d/Garda	Via Marzan, 4
<b>CENT.LE MARCHESIN</b>	Cologna Veneta	P.za Garibaldi, 3	<b>CAVALIERI</b>	Povegliano	P.za IV Novembre, 11
<b>ANSEMI</b>	Vestenanova	Via Monte Grappa, 13	<b>COSTABELLA</b>	S. Zeno di Montagna	Loc. Ca' Montagna, 13

**DALLE ORE 9:00 DEL 8 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 10 LUGLIO 2021**

<b>S. ZENO</b>	S. Zeno - VR	P.za Corrubbio, 1	<b>ROSSIGNOLI</b>	Albaro Ronco a/Adige	Via della Repubblica, 3
<b>CAPRI</b>	Bassona - VR	Via Bassone, 56	<b>SANTA CHIARA</b>	Sorgà	Via Battisti, 13
<b>PACI</b>	Castel d'Azzano	P.za Gilardoni, 4	<b>CHERUBINE</b>	Cherubine di Cerea	Via Leopardi, 18
<b>S. CHIARA</b>	Borgo Venezia - VR	Via Montorio, 59/A	<b>COM.LE VITALBA</b>	Sona	Via Festa, 1/A
<b>SAN LORENZO</b>	Caldiero - Caldierino	Via Verona, 10	<b>EFFELUNGA</b>	S. Maria di Negrar	Via Casette, 2
<b>FRASSOLDATI VACCARI</b>	Soave	P.za Castagnedi, 9	<b>FARINOLA</b>	Affi	Via Danzia, 3
<b>PIEROPAN</b>	Tregnago	Via Battisti, 18	<b>SAN BENEDETTO</b>	Peschiera d/Garda	Via Bell'Italia, 47
<b>LESSINI</b>	Erbezzo	Via Roma, 64	<b>PIZZOLETTA</b>	Pizzoletta di Villafranca	Via Duca d'Abruzzi, 6

**DALLE ORE 9:00 DEL 10 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 12 LUGLIO 2021**

<b>CENTRALE</b>	Centro Storico - VR	P.za Erbe, 18/20	<b>ARFIERO</b>	Legnago	Viale dei Caduti, 69
<b>S. LUCIA</b>	S. Lucia - VR	Via Mantovana, 62/A	<b>COM.LE MATTIOLI</b>	Maccacari Gazzo V.se	P.za Maccacari, 66
<b>GAROFOLI</b>	S. Giovanni Lupatoto	Via Garofoli, 135/137	<b>S. VALENTINO</b>	Bussolengo	L.go S. D'Acquisto, 16
<b>COM. MAD. d. CAMP.</b>	Madonna di Camp. - VR	Via Monte Bianco, 1	<b>SAN FLORIANO</b>	S. Pietro in Cariano	Via Don Cesare Biasi, 47
<b>SAN FELICE</b>	San Felice Extra	Via Belvedere, 57/A	<b>GARDESANA</b>	Castelnuovo del Garda	Via Montini, 2
<b>S. BIAGIO</b>	Colognola ai Colli	Via Strà, 47	<b>INTER. MARCHESINI</b>	Malcesine	Via Gardesana, 149
<b>S. FRANCESCO</b>	Locara di S. Bonifacio	Via Fossacan, 4/C	<b>MAD. d. POPOLO</b>	Villafranca	Via Marsala, 23
<b>ISOLA RIZZA</b>	Isola Rizza	Via L. Ferrari, 61	<b>MODERNA</b>	Isola della Scala	Via Garibaldi, 1

**DALLE ORE 9:00 DEL 12 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 14 LUGLIO 2021**

<b>CASTELVECCHIO</b>	Centro Storico - VR	Corso Porta Palio, 2/A	<b>TURRI</b>	Velo Veronese	P.za della Vittoria, 12/A
<b>S. ANNA</b>	Saval - VR	Via Da Mosto, 27	<b>DELLA MADONNA</b>	Zevio	P.za Marconi, 2
<b>COM.LE S. MASSIMO</b>	S. Massimo - VR	Via Don G. Trevisani, 39	<b>MARCOLUNGO</b>	Nogara	Via Gen. Dalla Chiesa, 25
<b>S. GIUSEPPE</b>	Borgo Venezia - VR	Via Spolverini, 2/H	<b>DE STEFFANI</b>	Cerea	P.za Matteotti, 5
<b>BELLAMOLI</b>	Poiano - VR	Via Poiano, 99	<b>CAVALCASELLE</b>	Cavalcaselle	Via XX Settembre, 99
<b>FIORINI</b>	Raldon S. Giov. Lupat.	Pza De Gasperi, 43	<b>S. ROCCO</b>	Pescantina	Via Pozze, 13/B
<b>ZORZI</b>	Arcole	Via Padovana, 104	<b>COSTERMANO</b>	Costermano	Viale della Repubblica, 2
<b>DAL COLLE</b>	Cazzano di Tramigna	Pza Matteotti, 41	<b>BALLADORO</b>	Povegliano	Via A. De Gasperi, 1
<b>S. MARIA</b>	Roveredo di Guà	Via Alighieri, 11			

**DALLE ORE 9:00 DEL 14 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 16 LUGLIO 2021**

<b>MARTINI</b>	Centro Storico - VR	Via Stella, 9	<b>S. RITA</b>	Roverchiara	Via Roma, 42
<b>ROMA</b>	Borgo Roma - VR	Via Centro, 53	<b>TREGNAGO</b>	Salizolle	P.za Castello, 34
<b>XXIV GIUGNO</b>	S. Massimo - VR	Via XXIV Giugno, 32/A	<b>ARFIERO</b>	Vangadizza Legnago	Via Pellini, 25
<b>SARTORI</b>	Castel d'Azzano	Via Marconi, 42	<b>DOMEGLIARA</b>	Domegliara	Via del Pontiere, 2A
<b>FITTÀ</b>	S. Giovanni Lupatoto	Pza Umberto I, 57	<b>CHIMICA ORLANDI</b>	Cavaion V.se	Via Fracastoro, 1/1
<b>COM.LE QUINTO</b>	Quinto - VR	Via Valpantena, 42	<b>ZACCARIA</b>	Brenzzone	Via Colombo, 8
<b>PORTIOLI</b>	Illasi	Via Dante Alighieri, 26	<b>SALIONZE</b>	Salionze Valeggio s/M	Via del Garda, 34
<b>COMUNALE</b>	Gazzolo di Arcole	Via Casalveghe, 10	<b>S. LEONARDO</b>	Pradelle Nog.le Rocca	Via IX Maggio, 38

**DALLE ORE 9:00 DEL 16 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 18 LUGLIO 2021**

<b>INTERNAZIONALE</b>	Centro Storico - VR	P.za Brà, 28	<b>BOSELLI</b>	Caselle di Nogara	Via Costa, 4
<b>S. PAOLO</b>	Veronetta - VR	Via S. Vitale, 1/A	<b>LORA</b>	Terrazzo	Via Baldini Sinistra, 18
<b>LA MIA FARMACIA</b>	Golosine - VR	Via Murari Bra', 53	<b>SEGALA</b>	Bussolengo	Via Gardesana, 23b
<b>COSSATER</b>	S. Giovanni Lupatoto	P.za Umberto I, 120	<b>FAPPANI</b>	Arbizzano	Via Valpolicella, 46
<b>S. STEFANO</b>	Stallavena/Grezzana	Via Chiesuola, 1/A	<b>BENATI</b>	Lazise	Via A. Della Scala, 56
<b>S. GIUSEPPE</b>	S. Bonifacio	Corso Venezia, 21	<b>AL GIGLIO</b>	Villafranca	C.so V. Emanuele, 222
<b>BELLONZI</b>	Mezzano di Sotto	Via S. Giovanni Di Dio, 5	<b>AGOSTI</b>	Caprino V.se	P.za S. Marco, 4
<b>PAVAN</b>	Bonavigo	Via Roma, 10			



# GUARDIA FARMACEUTICA DI VERONA E PROVINCIA

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



Disponibile anche su [federfarmaverona.it](http://federfarmaverona.it) - [mobile.farmacieverona.it](http://mobile.farmacieverona.it) - Tel 045 8041996 - app Farmamia Verona

### DALLE ORE 9:00 DEL 18 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 20 LUGLIO 2021

<b>AL GIGLIO</b>	Centro Storico - VR	Corso Porta Borsari, 46	<b>INFANTI</b>	Badia Calavena	Via Battisti, 21
<b>ALLA CONCEZIONE</b>	Veronetta - VR	Via S. Nazaro, 71	<b>BORDOGNA</b>	Bovolone	Via Garibaldi, 17
<b>S. TERESA</b>	Borgo Roma - VR	Via Centro, 13	<b>ZANONI</b>	Porto di Legnago	Via Mazzini, 2
<b>S. MASSIMO</b>	S. Massimo - VR	Via Stanga, 4	<b>PUMO</b>	Lugagnano	Via Cao del Prà, 53
<b>DELLA PUNTA</b>	S. Giovanni Lupatoto	Via Marconi, 22	<b>S. ROCCO</b>	Pedemonte	Via Campostrini, 45
<b>CENT.LE S. MICHELE</b>	S. Michele Extra - VR	Via Unità D'Italia, 120	<b>PIETROPOLI</b>	Sandrà di Castelnuovo	Via Salgari, 5
<b>CENT.LE TESSARI</b>	Soave	P.za al Combattente, 1	<b>FORETTE S. MART.</b>	Vigasio - Forette	Via Custoza, 2/A
<b>RAUCO</b>	S. Stefano di Zimella	Via Martiri d'Libertà, 76	<b>SARTORI</b>	Pesina - Caprino	Via S. Luigi, 175

### DALLE ORE 9:00 DEL 20 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 22 LUGLIO 2021

<b>MADONNA d. POPOLO</b>	Centro Storico - VR	Via Garibaldi, 20	<b>S. NICOLA</b>	Castagnaro	Via Dante Alighieri, 200
<b>COM.LE CADORE</b>	Ponte Crencano - VR	Via Poerio, 28/A	<b>CENT.LE BUSSOLENGO</b>	Bussolengo	P.za della Vittoria, 1
<b>REALDON</b>	S. Lucia - VR	Via Villafranca, 48	<b>GARGAGNAGO</b>	Gargagnago	Via Corte Ronchi, 81/d
<b>GIOVANNI XXIII</b>	Pozzo S. Giov. Lupatoto	Via Cesare Battisti, 27	<b>CASTELNUOVO</b>	Castelnuovo d/Garda	P.za della Libertà, 10
<b>LIO</b>	S. Michele Extra - VR	Via Unità d'Italia, 169	<b>PERETTI</b>	Dossobuono	Via Cavour, 86
<b>SAN GIOVANNI</b>	S. Bonifacio	Via Fiume, 59	<b>GIOVANNINI</b>	Mozzecane	Via C. Montanari, 39
<b>OLIVATO</b>	Cologna Veneta	Viale del Lavoro, 1/A	<b>RIZZOTTI</b>	Rivoli Veronese	Via Vigo, 4
<b>ALBERTINI</b>	Cerea	Via Municipio, 4/A			

### DALLE ORE 9:00 DEL 22 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 24 LUGLIO 2021

<b>DUE CAMPANE</b>	Centro Storico - VR	Via Mazzini, 52	<b>ZANZONI</b>	Concamarise	Via Capitello, 24
<b>DONADUZZI</b>	Valdonega - VR	Via Marsala, 19/A	<b>MAZZON</b>	Legnago	Via Casette, 16
<b>PONTE CATENA</b>	Zona Navigatori - VR	Via Vasco De Gama, 6/C	<b>S. TERESA</b>	Caselle Sommacamp.	Via Scuole, 25
<b>COM.LE PALAZZINA</b>	Palazzina - VR	Via S. Giov. Lupat., 22/B	<b>FIORI</b>	Prun di Negrar	Via Aleardi, 3
<b>MANFRINI</b>	Buttapietra	P.za Roma, 41	<b>FERRARI</b>	Valgatara Marano Valp.	Via del Lavoro, 3A
<b>ALL'ALBARO</b>	Montorio - VR	P.za Buccari, 3	<b>PACENGO</b>	Pacengo di Lazise	Via Peschiera, 8
<b>GALLO</b>	Zimella	Via dei Dogi, 23	<b>SCALIGERA</b>	Mozzecane - S.Zeno	Via Ugo Foscolo, 19
<b>PALLARO</b>	Montecchia di Crosara	Via Roma, 12	<b>MONTE BALDO</b>	Rivalta Brent. Belluno	Via Don Cesare Scala, 27
<b>SS. PIETRO E PAOLO</b>	Zevio	Via Altichiero, 42			

### DALLE ORE 9:00 DEL 24 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 26 LUGLIO 2021

<b>LINFA</b>	Centro Storico - VR	Corso Porta Nuova, 27	<b>ISALBERTI</b>	Bovolone	P.za V. Emanuele, 15
<b>COM.LE S. ROCCO</b>	Quinzano - VR	Via Fabbr. Scolastico, 33	<b>PIEROPAN</b>	Minerbe	Via Roma, 1
<b>BORGO MILANO</b>	Borgo Milano - VR	Corso Milano, 69	<b>DE TOMI</b>	Carpi Villabartolomea	Via Maestrello, 26
<b>SANTA CATERINA</b>	Porto San Pancrazio	Via P. e S. Stoppele, 25/B	<b>DONATO</b>	Sommacampagna	Via Osteria Grande, 26
<b>DEI SANTI</b>	Cadivid - VR	Via Belfiore, 59	<b>COM.LE S. MARTINO</b>	Corrubbio di Negrar	Via Cedrare, 51
<b>VERONA EST</b>	S. Martino Buonalbergo	Viale del Lavoro, 39	<b>DR. GIUBERTONI</b>	Peschiera d/Garda	Via Milano, 22
<b>RIZZINI</b>	Monteforte d'Alpone	Via Vitt. Veneto, 22	<b>MERCANTI</b>	Rizza di Villafranca	Str. La Rizza, 208

### DALLE ORE 9:00 DEL 26 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 28 LUGLIO 2021

<b>AL SEMINARIO</b>	Veronetta - VR	Via Int. Acqua Morta, 42	<b>BACCHIELLI</b>	Oppeano	Via XXVI Aprile, 18
<b>COM.LE B.GO NUOVO</b>	Borgo Nuovo - VR	Via Taormina, 23/C	<b>MAD. d. SALUTE</b>	Porto di Legnago	P.za d. Costituzione, 21
<b>ARMANI</b>	Golosine - VR	Via Tanaro, 11	<b>LUGAGNANO</b>	Lugagnano	Via Pelacane, 16 A
<b>SACRA FAMIGLIA</b>	Sacra Famiglia - VR	Via Vigasio, 51	<b>DEI COLLI VERONESI</b>	Negrar	Viale Europa, 3
<b>COM.LE CADIDAVID</b>	Cadidauid - VR	Via F. Carmagnola, 36	<b>ALL'ADIGE</b>	Sega di Cavaion	Via Marconi, 20
<b>POMARI</b>	S. Martino Buonalbergo	Via Nazionale, 9/B	<b>VALEGGIO</b>	Valeggio sul Mincio	P.za San Rocco, 15
<b>VILLABELLA</b>	Villabella S. Bonifacio	Località Villabella, 24/H	<b>COM.LE DOSSOBUONO</b>	Dossobuono	Via Stazione, 34
<b>BASSETTO</b>	Veronella	Via S. Marcello, 6	<b>COM.LE BASSINI</b>	Vigasio	P.za Papa A. Luciani, 6
<b>S. PAOLO</b>	S. Giovanni Ilarione	P.za dell'Osto, 37	<b>S. GIOV. BATTISTA</b>	Erbè	Via XXV Aprile, 11

### DALLE ORE 9:00 DEL 28 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 30 LUGLIO 2021

<b>S. NAZARO</b>	Veronetta - VR	Via Muro Padri, 56	<b>AL REDENTORE</b>	S. Bonifacio	P.za Costituzione, 21
<b>MARTARI</b>	Borgo Trento - VR	P.za Vitt. Veneto, 22	<b>MAGAGNOTTO</b>	Ronca	Via Giovanni XXIII, 6
<b>BETTINI</b>	Saval - VR	Via Marin Faliero, 71	<b>NARDI</b>	Ronco all'Adige	Viale Vitt. Veneto, 10
<b>COM.LE TOMBA</b>	Borgo Roma - VR	Via Centro, 237	<b>FIDES</b>	Casaleone	Via Vitt. Veneto, 43
<b>MAD. d. SALUTE</b>	Mad. di Dossobuono	Via Mantovana, 127/B	<b>ORLANDO</b>	Boschi S. Anna	Via Caseggiato, 5
<b>GHIAIA</b>	Castel d'Azzano	Via Mascagni, 77	<b>PRECERUTI</b>	S. Vito di Bussolengo	Via Piemonte, 81/B
<b>PANTHEON</b>	Santa Maria in Stelle	Via della Collina, 1/C	<b>ALL'ANGELO</b>	Negrar	Via S. Martino, 3
<b>VITTORIA</b>	S. Martino Buonalbergo	Via P. Piazzola, 18/20	<b>ALLA MADONNA</b>	Bardolino	Via Croce, 35
			<b>CENT.LE NERI</b>	Isola della Scala	Via Spaziani, 8

### DALLE ORE 9:00 DEL 30 LUGLIO ALLE ORE 9:00 DEL 1° AGOSTO 2021

<b>COGHI</b>	Borgo Trento - VR	Via IV Novembre, 11	<b>SARTORI</b>	Vallese di Oppeano	Via Spinetti, 97
<b>COM.LE CHIEVO</b>	Chievo - VR	Via Berardi, 94	<b>COPPIARDI</b>	S. Pietro di Legnago	Via Padana Inf. Ov., 17
<b>COM.LE GOLOSINE</b>	Golosine - VR	Via Po, 8	<b>SABINI</b>	Roncanova Gazzo V.se	Via Roma, 19/21
<b>FONGARO</b>	Biondella - VR	Via Cipolla, 11	<b>COM.LE SONA</b>	Sona	P.za della Vittoria, 10
<b>VANZAN</b>	S. Pietro di Lavagno	Via Fontana, 44	<b>BRAGHETTA</b>	S. Ambr. Valpolicella	Via G. Matteotti, 10/A
<b>GIUSTI</b>	Albaredo d'Adige	P.za V. Emanuele, 3	<b>CENT.LE MONTRESOR</b>	Valeggio sul Mincio	P.za Vitt. Veneto, 11
<b>SALUS</b>	S. Giovanni Ilarione	Viale dell'Industria, 72	<b>FERRON</b>	Vigasio	Via Risorgimento, 2/A
<b>NUOVA CAMPAGNOLA</b>	Zevio - Campagnola	Via G. Pascoli, 10/B			

**DALLE ORE 9:00 DEL 1° AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 3 AGOSTO 2021**

<b>S. ANASTASIA</b>	Centro Storico - VR	Via Massalongo, 3/C	<b>BELLINI</b>	Asparetto di Cerea	Str. Prov. 2 Isoelle, 52A
<b>S. MARCO</b>	Borgo Milano - VR	Via A. Gramsci, 6	<b>ALL'ANGELO</b>	Villabartolomea	Corso Fraccaroli, 133
<b>SOPRANA</b>	Parona - VR	L.go Staz. Vecchia, 6	<b>COM.LE PALAZZOLO</b>	Palazzolo di Sona	Via IV Novembre, 46
<b>ZAI</b>	Zai - VR	L.go Perlar, 12	<b>BRAGHETTA</b>	Fumane	Viale Verona, 71
<b>CECCHERELLI</b>	Borgo Trieste - VR	Via Pisano, 51	<b>DEL GARDA</b>	Garda	Corso Italia, 78
<b>DELL'ASSUNTA</b>	Grezzana	Via Roma, 43	<b>PERINA</b>	Valeggio sul Mincio	Via Gottardi, 30
<b>COM.LE</b>	Coriano V.se-Albaredo	Via Gennari, 28	<b>ALPO</b>	Alpo di Villafranca	Via Don A. Provalo, 4
<b>NICOLI</b>	Belfiore	Via Monti Lessini, 4	<b>RIZZOLO</b>	S. Anna d'Alfaedo	Pza V. Emanuele, 5A
<b>DANI</b>	Palù	Via Roma, 16			

**DALLE ORE 9:00 DEL 3 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 5 AGOSTO 2021**

<b>COM.LE GRATTACIELO</b>	Centro Storico - VR	Pza Santo Spirito, 2/B	<b>SANTAMARIA</b>	S. Maria di Zevio	Via 1° Maggio, 8/A
<b>BURRI</b>	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 4	<b>COM.LE FAKES</b>	Bovolone	Via San Pierin, 59
<b>DELL'IMMACOLATA</b>	S. Marco - VR	Via Don Luigi Sturzo, 3	<b>SEGALA</b>	Angiari	Via Lungo Bussè, 890
<b>SS. REDENTORE</b>	Marchesino Buttapietra	Via Monte Carega, 4	<b>BENINCASA</b>	Bussolengo	Via De Gasperi, 3 I
<b>S. ANTONIO</b>	Borgo Venezia - VR	Via Col. Fincato, 66	<b>SANT'ANNA</b>	Calmasino Bardolino	Via Verona, 63
<b>ANTICHE TERME</b>	Caldiero	Via Strà, 50	<b>MORTARI</b>	Villafranca	Via Pace, 29
<b>BIONDANI</b>	Pressana	Via Giovanni XXIII, 1	<b>AMBROSINI</b>	Caprino V.se	Pza Roma, 18
<b>MAINIERI</b>	Cerro Veronese	Pza Alferia, 1			

**DALLE ORE 9:00 DEL 5 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 7 AGOSTO 2021**

<b>S. TOMIO</b>	Centro Storico - VR	Via Mazzini, 11	<b>MELA</b>	Villafontana	Via Villafontana, 30
<b>BORGO ANTICO</b>	Avesa - VR	Via Podgora, 16 B	<b>BERTOLASO</b>	S. Pietro di Morubio	Via Kennedy, 3
<b>BACCHINI</b>	Borgo Roma - VR	Via Giuliari, 23	<b>S.VITO</b>	S. Vito di Cerea	Via Mantova, 66
<b>GIAROLO</b>	S. Michele Extra - VR	Via A. Fedeli, 50	<b>COM.LE SOMMACAMP.</b>	Sommaccampagna	Via Gidino, 2
<b>S. APOLLINARE</b>	Lugo di Grezzana	Via Bombieri, 16	<b>SETTIMO MIGLIO</b>	Settimo di Pescantina	Via Bertoldi, 84
<b>NIGRI</b>	S. Mart. Buonalbergo	Pza del Popolo, 2	<b>MAD. d. SOCCORSO</b>	Torri del Benaco	Via Gardesana, 1205
<b>FARINELLI</b>	Costalunga Monteforte	Via Aroldi, 25	<b>PARMIGIANI</b>	Quaderni di Villafranca	Via De Amicis, 22
<b>AL POMO D'ORO</b>	Cologna Veneta	Via Cavour, 66/68	<b>PEDROTTI</b>	Trevenueolo	Via Roma, 47 A
<b>SELVA DI PROGNO</b>	Selva di Progno	Via Trento, 2			

**DALLE ORE 9:00 DEL 7 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 9 AGOSTO 2021**

<b>PONTE PIETRA</b>	Veronetta - VR	Regaste Redentore, 8/C	<b>COM.LE BARIONI</b>	Ca' d'Oppi Oppeano	Via Croce, 93
<b>PANCALDO</b>	Corte Pancaldo - VR	Via L. Pancaldo, 34	<b>STORI</b>	Sanguinetto	Via Battisti, 124
<b>COM.LE OLIMPIA</b>	Stadio - VR	Via Palladio, 61	<b>ZERBINATO</b>	Bevilacqua	Via Roma, 239
<b>S. PANCRAZIO</b>	Porto S. Pancrazio - VR	Via Galilei, 70	<b>BALCONI</b>	Balconi di Pescantina	Via Brennero, 71/B
<b>POZZO</b>	Pozzo S. Giov. Lupatoto	Via XXIV Maggio, 16	<b>ALLA MADONNA</b>	Piovezzano Pastrengo	Via Due Porte, 41/C
<b>MONTANARI</b>	Vago di Lavagno	Via Copernico, 5	<b>COM.LE MARTINELLI</b>	Villafranca	Corso V. Emanuele, 236
<b>FRACASTORO</b>	Prova di S. Bonifacio	Via Prova, 55/A	<b>SILVI</b>	Pellegrina Isola d/Scala	Via Abetone, 85
<b>LESSINIA</b>	Boscochiesanuova	Pza della Chiesa, 25	<b>VALDADIGE</b>	Peri di Dolcè	Via Brennero, 303

**DALLE ORE 9:00 DEL 9 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 11 AGOSTO 2021**

<b>S. FERMO</b>	Centro Storico - VR	Stradone S. Fermo, 40	<b>S. NICOLÒ</b>	Roverè	Pza V. Emanuele, 32
<b>PADOVANI</b>	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 39	<b>CROSARE</b>	Bovolone-Crosare	Via Crosare, 125
<b>PALLADIO</b>	Stadio - VR	Via Albere, 63	<b>BOCCHI</b>	Legnago	Via Minghetti, 9
<b>SOAVE</b>	S. Massimo - VR	Via S. Lucillo, 8	<b>TREVENZOLI</b>	S. Pietro Incariano	Via Ingelheim, 1
<b>MARCHIORI S. CROCE</b>	Borgo Santa Croce - VR	Via Villa Cozza, 28	<b>SAN GIORGIO IN SALICI</b>	San Giorgio in Salici	Via Don V. Castello, 8
<b>MARTELLETO</b>	Colognola ai Colli	Via Montanara, 32	<b>RUZZA</b>	Peschiera d/Garda	Via Marzan, 4
<b>CENT.LE MARCHESIN</b>	Cologna Veneta	Pza Garibaldi, 3	<b>CAVALIERI</b>	Povegliano	Pza IV Novembre, 11
<b>ANSELMI</b>	Vestenanova	Via Monte Grappa, 13	<b>COSTABELLA</b>	S. Zeno di Montagna	Loc. Ca' Montagna, 13

**DALLE ORE 9:00 DEL 11 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 13 AGOSTO 2021**

<b>S. ZENO</b>	S. Zeno - VR	Pza Corrubbio, 1	<b>ROSSIGNOLI</b>	Albaro Ronco a/Adige	Via Della Repubblica, 3
<b>CAPRI</b>	Bassona - VR	Via Bassone, 56	<b>SANTA CHIARA</b>	Sorgà	Via Battisti, 13
<b>PACI</b>	Castel d'Azzano	Pza Gilardoni, 4	<b>CHERUBINE</b>	Cherubine di Cerea	Via Leopardi, 18
<b>S. CHIARA</b>	Borgo Venezia - VR	Via Montorio, 59/A	<b>COM.LE VITALBA</b>	Sona	Via Festara, 1/A
<b>SAN LORENZO</b>	Caldiero - Caldierino	Via Verona, 10	<b>EFFELUNGA</b>	S. Maria di Negrar	Via Casette, 2
<b>FRASSOLDATI</b>	Soave	Pza Castagnedi, 9	<b>FARINOLA</b>	Affi	Via Danzia, 3
<b>PIEROPAN</b>	Tregnago	Via Battisti, 18	<b>SAN BENEDETTO</b>	Peschiera d/Garda	Via Bell'Italia, 47
<b>LESSINI</b>	Erbezzo	Via Roma, 64	<b>PIZZOLETTA</b>	Pizzoletta di Villafranca	Via Duca d'Abruzzi, 6

**DALLE ORE 9:00 DEL 13 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 15 AGOSTO 2021**

<b>CENTRALE</b>	Centro Storico - VR	Pza Erbe, 18/20	<b>ARFIERO</b>	Legnago	Viale dei Caduti, 69
<b>S. LUCIA</b>	S. Lucia - VR	Via Mantovana, 62/A	<b>COM.LE MATTIOLI</b>	Maccacari Gazzo V.se	Pza Maccacari, 66
<b>GAROFOLI</b>	S. Giovanni Lupatoto	Via Garofoli, 135/137	<b>S. VALENTINO</b>	Bussolengo	L.go S. D'Acquisto 16
<b>COM.LE MAD. d. CAMP.</b>	Madonna di Camp. VR	Via Monte Bianco, 1	<b>SAN FLORIANO</b>	S. Pietro In Cariano	Via Don C. Biasi, 47
<b>SAN FELICE</b>	San Felice Extra	Via Belvedere, 57/A	<b>GARDESANA</b>	Castelnuovo del Garda	Via Montini, 2
<b>S. BIAGIO</b>	Colognola ai Colli	Via Strà, 47	<b>INTERN. MARCHESINI</b>	Malcesine	Via Gardesana, 149
<b>S. FRANCESCO</b>	Locara di S. Bonifacio	Via Fossacan, 4/C	<b>MADONNA d.POPOLO</b>	Villafranca	Via Marsala, 23
<b>ISOLA RIZZA</b>	Isola Rizza	Via L. Ferrari, 61	<b>MODERNA</b>	Isola della Scala	Via Garibaldi, 1

**DALLE ORE 9:00 DEL 15 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 17 AGOSTO 2021**

<b>CASTELVECCHIO</b>	Centro Storico -VR	Corso Porta Palio, 2/A
<b>S. ANNA</b>	Saval - VR	Via Da Mosto, 27
<b>COM.LE S. MASSIMO</b>	S. Massimo - VR	Via Don G. Trevisani, 39
<b>FIORINI</b>	Raldon S. Giov. Lupat.	P.za De Gasperi, 43
<b>S. GIUSEPPE</b>	Borgo Venezia - VR	Via Spolverini, 2/H
<b>BELLAMOLI</b>	Poiano - VR	Via Poiano, 99
<b>DAL COLLE</b>	Cazzano di Tramigna	P.za Matteotti, 41
<b>ZORZI</b>	Arcole	Via Padovana, 104
<b>S. MARIA</b>	Roveredo di Guà	Via Alighieri, 11

<b>TURRI</b>	Velo Veronese	P.za della Vittoria, 12/A
<b>DELLA MADONNA</b>	Zevio	P.za Marconi, 2
<b>MARCOLUNGO</b>	Nogara	Via Gen. Dalla Chiesa, 25
<b>DE STEFFANI</b>	Cerea	P.za Matteotti, 5
<b>CAVALCASELLE</b>	Cavalcaselle	Via XX Settembre, 99
<b>S. ROCCO</b>	Pescantina	Via Pozze, 13/B
<b>COSTERMANO</b>	Costermano	Viale della Repubblica, 2
<b>BALLADORO</b>	Povegliano	Via A. De Gasperi, 1

**DALLE ORE 9:00 DEL 17 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 19 AGOSTO 2021**

<b>MARTINI</b>	Centro Storico - VR	Via Stella, 9
<b>XXIV GIUGNO</b>	S. Massimo - VR	Via XXIV Giugno, 32/A
<b>ROMA</b>	Borgo Roma - VR	Via Centro, 53
<b>SARTORI</b>	Castel d'Azzano	Via Marconi, 42
<b>FITTA</b>	S. Giovanni Lupatoto	P.za Umberto I, 57
<b>COM.LE QUINTO</b>	Quinto - VR	Via Valpantena, 42
<b>PORTIOLI</b>	Illasi	Via Dante Alighieri, 26
<b>COM.LE GAZZOLO</b>	Gazzolo di Arcole	Via Casalveghe, 10

<b>S. RITA</b>	Roverchiara	Via Roma, 42
<b>TREGNAGO</b>	Salizzole	P.za Castello, 34
<b>ARFIERO</b>	Vangadizza Legnago	Via Pellini, 25
<b>DOMEGLIARA</b>	Domegliara	Via del Pontiere, 2A
<b>CHIMICA ORLANDI</b>	Cavaion V.se	Via Fracastoro, 1/1
<b>ZACCARIA</b>	Bronzone	Via Colombo, 8
<b>SALIONZE</b>	Salionze Valeggio S/M	Via del Garda, 34
<b>S. LEONARDO</b>	Pradelle Nog.le Rocca	Via IX Maggio, 38

**DALLE ORE 9:00 DEL 19 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 21 AGOSTO 2021**

<b>INTERNAZIONALE</b>	Centro Storico - VR	P.za Brà, 28
<b>S. PAOLO</b>	Veronetta - VR	Via S. Vitale, 1/A
<b>LA MIA FARMACIA</b>	Golosine - VR	Via Murari Brà, 53
<b>COSSATER</b>	S. Giovanni Lupatoto	P.za Umberto I, 120
<b>S. GIUSEPPE</b>	S. Bonifacio	Corso Venezia, 21
<b>S. STEFANO</b>	Stallavena/Grezzana	Via Chiesuola, 1/A
<b>BELLONZI</b>	Mezzane di Sotto	Via S. Giovanni Di Dio, 5
<b>PAVAN</b>	Bonavigo	Via Roma, 10

<b>BOSELLI</b>	Caselle di Nogara	Via Costa, 4
<b>LORA</b>	Terrazzo	Via Baldini Sinistra, 18
<b>SEGALA</b>	Bussolengo	Via Gardesana, 23b
<b>FAPPANI</b>	Arbizzano	Via Valpicella, 46
<b>BENATI</b>	Lazise	Via A. Della Scala, 56
<b>AL GIGLIO</b>	Villafranca	Corso V. Emanuele, 222
<b>AGOSTI</b>	Caprino V.se	P.za S. Marco, 4

**DALLE ORE 9:00 DEL 21 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 23 AGOSTO 2021**

<b>AL GIGLIO</b>	Centro Storico - VR	Corso Porta Borsari, 46
<b>ALLA CONCEZIONE</b>	Veronetta - VR	Via S. Nazaro, 71
<b>S. MASSIMO</b>	S. Massimo - VR	Via Stanga, 4
<b>S. TERESA</b>	Borgo Roma - VR	Via Centro, 13
<b>DELLA PUNTA</b>	S. Giovanni Lupatoto	Via Marconi, 22
<b>CENT.LE S. MICHELE</b>	S. Michele Extra - VR	Via Unità d'Italia, 120
<b>CENT.LE TESSARI</b>	Soave	P.za al Combattente, 1
<b>RAUCO</b>	S. Stefano di Zimella	Via Martiri d/Libertà, 76

<b>INFANTI</b>	Badia Calavena	Via Battisti, 21
<b>BORDOGNA</b>	Bovolone	Via Garibaldi, 17
<b>ZANONI</b>	Porto di Legnago	Via Mazzini, 2
<b>PUMO</b>	Lugagnano	Via Cao del Prà, 53
<b>S. ROCCO</b>	Pedemonte	Via Campostrini, 45
<b>PIETROPOLI</b>	Sandrà di Castelnuovo	Via Salgari, 5
<b>FORETTE S. MART.</b>	Vigasio - Forette	Via Custozza, 2/A
<b>SARTORI</b>	Pesina - Caprino	Via S. Luigi, 175

**DALLE ORE 9:00 DEL 23 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 25 AGOSTO 2021**

<b>MADONNA d. POPOLO</b>	Centro Storico - VR	Via Garibaldi, 20
<b>REALDON</b>	S. Lucia - VR	Via Villafranca, 48
<b>GIOVANNI XXIII</b>	Pozzo S. Giov. Lupatoto	Via Cesare Battisti, 27
<b>COM.LE CADORE</b>	Ponte Crencano - VR	Via Poerio, 28/A
<b>LIO</b>	S. Michele Extra - VR	Via Unità d'Italia, 169
<b>SAN GIOVANNI</b>	S. Bonifacio	Via Fiume, 59
<b>OLIVATO</b>	Cologna Veneta	Viale del Lavoro, 1/A
<b>ALBERTINI</b>	Cerea	Via Municipio, 4/A

<b>S. NICOLA</b>	Castagnaro	Via Dante Alighieri, 200
<b>CENT.LE BUSSOLENGO</b>	Bussolengo	P.za della Vittoria, 1
<b>GARGAGNAGO</b>	Gargagnago	Via Corte Ronchi, 81/D
<b>CASTELNUOVO</b>	Castelnuovo d/Garda	P.za della Libertà, 10
<b>PERETTI</b>	Dossobuono	Via Cavour, 86
<b>GIOVANNINI</b>	Mozzecane	Via C. Montanari, 39
<b>RIZZOTTI</b>	Rivoli Veronese	Via Vigo, 4

**DALLE ORE 9:00 DEL 25 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 27 AGOSTO 2021**

<b>DUE CAMPANE</b>	Centro Storico - VR	Via Mazzini, 52
<b>DONADUZZI</b>	Valdovena - VR	Via Marsala, 19/A
<b>PONTE CATENA</b>	Zona Navigatori - VR	Via Vasco De Gama, 6/C
<b>COM. PALAZZINA</b>	Palazzina - VR	Via S. Giov. Lupat., 22/B
<b>MANFRINI</b>	Buttapietra	P.za Roma, 41
<b>ALL'ALBARO</b>	Montorio - VR	P.za Buccari, 3
<b>GALLO</b>	Zimella	Via dei Dogi, 23
<b>PALLARO</b>	Montecchia di Crosara	Via Roma, 12
<b>SS. PIETRO E PAOLO</b>	Zevio	Via Altichiero, 42

<b>ZANZONI</b>	Concamarise	Via Capitello, 24
<b>MAZZON</b>	Legnago	Via Casette, 16
<b>S. TERESA</b>	Caselle Sommacamp.	Via Scuole, 25
<b>FIORI</b>	Prun di Negrar	Via Aleardi, 3
<b>FERRARI</b>	Valgatara Marano Valp.	Via del Lavoro, 3A
<b>PACENGO</b>	Pacengo di Lazise	Via Peschiera, 8
<b>SCALIGERA</b>	Mozzecane - S.Zeno	Via Ugo Foscolo, 19
<b>MONTE BALDO</b>	Rivalta Brentino Belluno	Via Don C. Scala, 27

**DALLE ORE 9:00 DEL 27 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 29 AGOSTO 2021**

<b>LINFÀ</b>	Centro Storico - VR	Corso Porta Nuova, 27
<b>SANTA CATERINA</b>	Porto San Pancrazio	Via P. e S. Stoppele, 25/B
<b>BORGIO MILANO</b>	Borgio Milano - VR	Corso Milano, 69
<b>COM.LE S. ROCCO</b>	Quinzano - VR	Via Fabbr. Scolastico, 33
<b>DEI SANTI</b>	Cadividano - VR	Via Belfiore, 59
<b>VERONA EST</b>	S. Martino Buonalbergo	Viale del Lavoro, 39
<b>RIZZINI</b>	Monteforte d'Alpone	Via Vitt. Veneto, 22

<b>DE TOMI</b>	Carpi Villabartolomea	Via Maestrello, 26
<b>ISALBERTI</b>	Bovolone	P.za V. Emanuele, 15
<b>PIEROPAN</b>	Minerbe	Via Roma, 1
<b>DONATO</b>	Sommacampagna	Via Osteria Grande, 26
<b>COM.LE S. MARTINO</b>	Corrubio di Negarine	Via Cedrare, 51
<b>GIUBERTONI</b>	Peschiera d/Garda	Via Milano, 22
<b>MERCANTI</b>	Rizza di Villafranca	Str. La Rizza, 208

**DALLE ORE 9:00 DEL 29 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 31 AGOSTO 2021**

AL SEMINARIO	Veronetta - VR	Via Int. Acqua Morta, 42
COM. B.go NUOVO	Borgo Nuovo - VR	Via Taormina, 23/C
ARMANI	Golosine - VR	Via Tanaro, 11
SACRA FAMIGLIA	Sacra Famiglia - VR	Via Vigasio, 51
COM.LE CADIDAVID	Cadidauid - VR	Via F. Carmagnola, 36
VILLABELLA	Villabella S. Bonifacio	Località Villabella, 24/H
POMARI	S. Martino Buonalbergo	Via Nazionale, 9/B
BASSETTO	Veronella	Via S. Marcello, 6
S. PAOLO	S. Giovanni Ilarione	Pza dell'Osto, 37

BACCHIELLI	Oppeano	Via XXVI Aprile, 18
MAD. d. SALUTE	Porto di Legnago	Pza della Costituzione, 21
LUGAGNANO	Lugagnano	Via Pelacane, 16 A
DEI COLLIVERONESI	Negrar	Viale Europa, 3
ALL'ADIGE	Sega di Cavaion	Via Marconi, 20
VALEGGIO	Valeggio sul Mincio	Pza San Rocco, 15
COM. DOSSOBUONO	Dossobuono	Via Stazione, 34
COM.LE E. BASSINI	Vigasio	Pza Papa A. Luciani, 6
S. GIOV. BATTISTA	Erbè	Via XXV Aprile, 11

**DALLE ORE 9:00 DEL 31 AGOSTO ALLE ORE 9:00 DEL 2 SETTEMBRE 2021**

S. NAZARO	Veronetta - VR	Via Muro Padri, 56
MARTARI	Borgo Trento - VR	Pza Vitt. Veneto, 22
BETTINI	Saval - VR	Via Marin Faliero, 71
COM.LE TOMBA	Borgo Roma - VR	Via Centro, 237
MAD. d. SALUTE	Mad. di Dossobuono	Via Mantovana, 127/B
GHIAIA	Castel d'Azzano	Via Mascagni, 77
PANTHEON	Santa Maria in Stelle	Via della Collina, 1/C
VITTORIA	S. Mart. Buonalbergo	Via P. Piazzola, 18/20
AL REDENTORE	S. Bonifacio	Pza Costituzione, 21

MAGAGNOTTO	Roncà	Via Giovanni XXIII, 6
NARDI	Ronco all'Adige	Viale Vitt. Veneto, 10
FIDES	Casaleone	Via Vitt. Veneto, 43
ORLANDO	Boschi S. Anna	Via Caseggiato, 5
PRECRUTTI	S. Vito di Bussolengo	Via Piemonte, 81/B
ALL'ANGELO	Negrar	Via S. Martino, 3
ALLA MADONNA	Bardolino	Via Croce, 35
CENT.LE NERI	Isola della Scala	Via Spaziani, 8

**DALLE ORE 9:00 DEL 2 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 4 SETTEMBRE 2021**

COGHI	Borgo Trento - VR	Via IV Novembre, 11
COM.LE CHIEVO	Chievo - VR	Via Berardi, 94
COM.LE GIOSINE	Golosine - VR	Via Po, 8
FONGARO	Biondella - VR	Via Cipolla, 11
VANZAN	S. Pietro di Lavagno	Via Fontana, 44
GIUSTI	Albaredo d'Adige	Pza V. Emanuele, 3
SALUS	S. Giovanni Ilarione	Viale dell'Industria, 72
NUOVA CAMPAGNOLA	Zevio - Campagnola	Via G. Pascoli, 10/B

SARTORI	Vallese di Oppeano	Via Spinetti, 97
COPPIARDI	S. Pietro di Legnago	Via Padana Inf. Ovest, 17
SABINI	Roncanova Gazzo V.se	Via Roma, 19/21
COM.LE SONA	Sona	Pza della Vittoria, 10
BRAGHETTA	S. Ambr. Valpolicella	Via G. Matteotti, 10/A
CENT.LE MONTRESOR	Valeggio sul Mincio	Pza Vitt. Veneto, 11
FERRON	Vigasio	Via Risorgimento, 2/A

**DALLE ORE 9:00 DEL 4 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 6 SETTEMBRE 2021**

S. ANASTASIA	Centro Storico - VR	Via Massalongo, 3/C
S. MARCO	Borgo Milano - VR	Via A. Gramsci, 6
SOPRANA	Parona - VR	L.go Staz. Vecchia, 6
ZAI	Zai - VR	L.go Perlar, 12
CECCHERELLI	Borgo Trieste - VR	Via Pisano, 51
DELL'ASSUNTA	Grezzana	Via Roma, 43
COM.LE	Coriano V.se-Albaredo	Via Gennari, 28
NICOLI	Belfiore	Via Monti Lessini, 4
DANI	Palù	Via Roma, 16

BELLINI	Asporetto di Cerea	Str. Prov. 2 Isoella, 52A
ALL'ANGELO	Villabartolomea	Corso Fraccaroli, 133
COM.LE PALAZZOLO	Palazzo di Sona	Via IV Novembre, 46
BRAGHETTA	Fumane	Viale Verona, 71
DEL GARDA	Garda	Corso Italia, 78
PERINA	Valeggio sul Mincio	Via Gottardi, 30
ALPO	Alpo di Villafranca	Via Don A. Provolo, 4
RIZZOLO	S. Anna d'Alfaedo	Pza V. Emanuele, 5A

**DALLE ORE 9:00 DEL 6 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 8 SETTEMBRE 2021**

COM.LE GRATTACIELO	Centro Storico - VR	Pza Santo Spirito, 2/B
BURRI	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 4
DELL'IMMACOLATA	S. Marco - VR	Via Don Luigi Sturzo, 3
SS. REDENTORE	Marchesino Buttapietra	Via Monte Carega, 4
S. ANTONIO	Borgo Venezia - VR	Via Col. Fincato, 66
ANTICHE TERME	Caldiero	VIA STRA, 50
BIONDANI	Pressana	Via Giovanni XXIII, 1
MAINIERI	Cerro Veronese	Pza Alferia, 1

SANTAMARIA	S. Maria di Zevio	Via 1° Maggio, 8/A
COM.LE FAKES	Bovolone	Via San Pierin, 59
SEGALA	Angiari	Via Lungo Busse, 890
BENINCASA	Bussolengo	Via De Gasperi, 31
SANT'ANNA	Calmasino Bardolino	Via Verona, 63
MORTARI	Villafranca	Via Pace, 29
AMBROSINI	Caprino V.se	Pza Roma, 18

**DALLE ORE 9:00 DEL 8 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 10 SETTEMBRE 2021**

S. TOMIO	Centro Storico - VR	Via Mazzini, 11
BORGO ANTICO	Avesa - VR	Via Podgora, 16 B
BACCHINI	Borgo Roma - VR	Via Giuliani, 23
GIAROLO	S. Michele Extra - VR	Via A. Fedeli, 50
S. APOLLINARE	Lugo di Grezzana	Via Bombieri, 16
NIGRI	S. Martino Buonalbergo	Pza del Popolo, 2
FARINELLI	Costalunga Monteforte	Via Aroldi, 25
AL POMO D'ORO	Cologna Veneta	Via Cavour, 66/68
MELA	Villafontana	Via Villafontana, 30

BERTOLASO	S. Pietro di Morubio	Via Kennedy, 3
S. VITO	S. Vito di Cerea	Via Mantova, 66
COM. SOMMACAMP.	Sommacampagna	Via Gidino, 2
SETTIMO MIGLIO	Settimo di Pescantina	Via Bertoldi, 84
MAD. d. SOCCORSO	Torri del Benaco	Via Gardesana, 1205
PARMIANI	Quaderni di Villafranca	Via De Amicis, 22
PEDROTTI	Trevenueolo	Via Roma, 47 A
SELVA DI PROGNO	Selva di Progno	Via Trento, 2

**DALLE ORE 9:00 DEL 10 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 12 SETTEMBRE 2021**

PONTE PIETRA	Veronetta - VR	Regaste Redentore, 8/C
S. PANCRAZIO	Porto S. Pancrazio - VR	Via Galilei, 70
PANCALDO	Corte Pancaldo - VR	Via L. Pancaldo, 34
COM.LE OLIMPIA	Stadio - VR	Via Palladio, 61
POZZO	Pozzo S. Giov. Lupatoto	Via XXIV Maggio, 16
MONTANARI	Vago di Lavagno	Via Copernico, 5
FRACASTORO	Prova di S. Bonifacio	Via Prova, 55/A
LESSINIA	Boscochiesanuova	Pza della Chiesa, 25

COM.LE BARIONI	Ca' d'Oppi Oppeano	Via Croce, 93
STORI	Sanguinetto	Via Battisti, 124
ZERBINATO	Bevilacqua	Via Roma, 239
BALCONI	Balconi di Pescantina	Via Brennero, 71/B
ALLA MADONNA	Piovezzano Pastrengo	Via Due Porte, 41/C
COM.LE MARTINELLI	Villafranca	C.so V. Emanuele, 236
SILVI	Pellegrina Isola d/Scala	Via Abetone, 85
VALDADIGE	Peri di Dolcè	Via Brennero, 303

**DALLE ORE 9:00 DEL 12 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 14 SETTEMBRE 2021**

<b>S. FERMO</b>	Centro Storico - VR	Stradone S. Fermo, 40	<b>S. NICOLÒ</b>	Roverè	Pza V. Emanuele, 32
<b>PADOVANI</b>	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 39	<b>CROSARE</b>	Bovolone-Crosare	Via Crosare, 125
<b>PALLADIO</b>	Stadio - VR	Via Albere, 63	<b>BOCCHI</b>	Legnago	Via Minghetti, 9
<b>SOAVE</b>	S. Massimo - VR	Via S. Lucillo, 8	<b>TREVENZOLI</b>	S. Pietro Incariano	Via Ingelheim, 1
<b>MARCHIORI</b>	Borgo Santa Croce - VR	Via Villa Cozza, 28	<b>S. GIORGIO IN SALICI</b>	San Giorgio in Salici	Via Don V. Castello, 8
<b>MARTELLETTO</b>	Colognola ai Colli	Via Montanara, 32	<b>RUZZA</b>	Peschiera d/Garda	Via Marzan, 4
<b>CENT.LE MARCHESIN</b>	Cologna Veneta	P.za Garibaldi, 3	<b>CAVALIERI</b>	Povegliano	Pza IV Novembre, 11
<b>ANSELMI</b>	Vestenanova	Via Monte Grappa, 13	<b>COSTABELLA</b>	S. Zeno di Montagna	Loc. Ca' Montagna, 13

**DALLE ORE 9:00 DEL 14 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 16 SETTEMBRE 2021**

<b>S. ZENO</b>	S. Zeno - VR	Pza Corrubbio, 1	<b>ROSSIGNOLI</b>	Albaro Ronco a/Adige	Via della Repubblica, 3
<b>CAPRI</b>	Bassona - VR	Via Bassone, 56	<b>SANTA CHIARA</b>	Sorgà	Via Battisti, 13
<b>PACI</b>	Castel d'Azzano	Pza Gilardoni, 4	<b>CHERUBINE</b>	Cherubine di Cerea	Via Leopardi, 18
<b>S. CHIARA</b>	Borgo Venezia - VR	Via Montorio, 59/A	<b>COM.LE VITALBA</b>	Sona	Via Festara, 1/A
<b>SAN LORENZO</b>	Caldiero - Caldierino	Via Verona, 10	<b>EFFELUNGA</b>	S. Maria di Negrar	Via Casette, 2
<b>FRASSOLDATI VACCARI</b>	Soave	Pza Castagnedi, 9	<b>FARINOLA</b>	Affi	Via Danzia, 3
<b>PIEROPAN</b>	Tregnago	Via Battisti, 18	<b>SAN BENEDETTO</b>	Peschiera d/Garda	Via Bell'Italia, 47
<b>LESSINI</b>	Erbezzo	Via Roma, 64	<b>PIZZOLETTA</b>	Pizzoletta di Villafranca	Via Duca d'Abruzzi, 6

**DALLE ORE 9:00 DEL 16 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 18 SETTEMBRE 2021**

<b>CENTRALE</b>	Centro Storico - VR	Pza Erbe, 18/20	<b>ARFIERO</b>	Legnago	Viale dei Caduti, 69
<b>S. LUCIA</b>	S. Lucia - VR	Via Mantovana, 62/A	<b>COM.LE MATTIOLI</b>	Maccacari Gazzo V.se	Pza Maccacari, 66
<b>GAROFOLI</b>	S. Giovanni Lupatoto	Via Garofoli, 135/137	<b>S. VALENTINO</b>	Bussolengo	L.go S. D'Acquisto, 16
<b>COM. MAD. d. CAMP.</b>	Madonna di Camp.VR	Via Monte Bianco, 1	<b>SAN FLORIANO</b>	S. Pietro in Cariano	Via Don Cesare Biasi, 47
<b>SAN FELICE</b>	San Felice Extra	Via Belvedere, 57/A	<b>GARDESANA</b>	Castelnuovo del Garda	Via Montini, 2
<b>S.BIAGIO</b>	Colognola ai Colli	Via Strà, 47	<b>INTERNAZIONALE</b>	Malcesine	Via Gardesana, 149
<b>S. FRANCESCO</b>	Locara di S. Bonifacio	Via Fossacan, 4/C	<b>MAD. DEL POPOLO</b>	Villafranca	Via Marsala, 23
<b>ISOLA RIZZA</b>	Isola Rizza	Via L. Ferrari, 61	<b>MODERNA</b>	Isola della Scala	Via Garibaldi, 1

**DALLE ORE 9:00 DEL 18 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 20 SETTEMBRE 2021**

<b>CASTELVECCHIO</b>	Centro Storico - VR	Corso Porta Palio, 2/A	<b>TURRI</b>	Velo Veronese	Pza della Vittoria, 12/A
<b>S. ANNA</b>	Saval - VR	Via Da Mosto, 27	<b>DELLA MADONNA</b>	Zevio	Pza Marconi, 2
<b>COM.LE S. MASSIMO</b>	S. Massimo - VR	Via Don G. Trevisani, 39	<b>MARCOLUNGO</b>	Nogara	Via Gen. Dalla Chiesa, 25
<b>FIORINI</b>	Raldon S. Giov. Lupat.	Pza De Gasperi, 43	<b>DE STEFFANI</b>	Cerea	Pza Matteotti, 5
<b>S. GIUSEPPE</b>	Borgo Venezia - VR	Via Spolverini, 2/H	<b>CAVALCASELLE</b>	Cavalcaselle	Via XX Settembre, 99
<b>BELLAMOLI</b>	Poiano - VR	Via Poiano, 99	<b>S. ROCCO</b>	Pescantina	Via Pozze, 13/B
<b>DAL COLLE</b>	Cazzano di Tramigna	Pza Matteotti, 41	<b>COSTERMANO</b>	Costermano	Viale della Repubblica, 2
<b>ZORZI</b>	Arcole	Via Padovana, 104	<b>BALLADORO</b>	Povegliano	Via A. De Gasperi, 1
<b>S. MARIA</b>	Roveredo di Guà	Via Alighieri, 11			

**DALLE ORE 9:00 DEL 20 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 22 SETTEMBRE 2021**

<b>MARTINI</b>	Centro Storico - VR	Via Stella, 9	<b>S. RITA</b>	Roverchiara	Via Roma, 42
<b>XXIV GIUGNO</b>	S. Massimo - VR	Via XXIV Giugno, 32/A	<b>TREGNAGO</b>	Salizzole	Pza Castello, 34
<b>ROMA</b>	Borgo Roma - VR	Via Centro, 53	<b>ARFIERO</b>	Vangadizza Legnago	Via Pellini, 25
<b>SARTORI</b>	Castel D'azzano	Via Marconi, 42	<b>DOMEGLIARA</b>	Domegliara	Via del Pontiere, 2A
<b>FITTÀ</b>	S. Giovanni Lupatoto	Pza Umberto I, 57	<b>CHIMICIA ORLANDI</b>	Cavaion V.se	Via Fracastoro, 1/I
<b>COM.LE QUINTO</b>	Quinto - VR	Via Valpantena, 42	<b>ZACCARIA</b>	Brenzono	Via Colombo, 8
<b>COM.LE GAZZOLO</b>	Gazzolo di Arcole	Via Casalveghe, 10	<b>SALIONZE</b>	Salionze Valeggio s/M	Via del Garda, 34
<b>PORTIOLI</b>	Illasi	Via Dante Alighieri, 26	<b>S. LEONARDO</b>	Pradelle Nog.le Rocca	Via IX Maggio, 38

**DALLE ORE 9:00 DEL 22 SETTEMBRE ALLE ORE 9:00 DEL 24 SETTEMBRE 2021**

<b>INTERNAZIONALE</b>	Centro Storico - VR	Pza Brà, 28	<b>BOSELLI</b>	Caselle di Nogara	Via Costa, 4
<b>S. PAOLO</b>	Veronetta - VR	Via S. Vitale, 1/A	<b>LORA</b>	Terrazzo	Via Baldini Sinistra, 18
<b>LA MIA FARMACIA</b>	Golosine - VR	Via Murari Brà, 53	<b>SEGALA</b>	Bussolengo	Via Gardesana, 23b
<b>COSSATER</b>	S. Giovanni Lupatoto	Pza Umberto I, 120	<b>FAPPANI</b>	Arbizzano	Via Valpolicella, 46
<b>S. GIUSEPPE</b>	S. Bonifacio	Corso Venezia, 21	<b>BENATI</b>	Lazise	Via A. Della Scala, 56
<b>S. STEFANO</b>	Stallavena/Grezzana	Via Chiesuola, 1/A	<b>AL GIGLIO</b>	Villafranca	Corso V. Emanuele, 222
<b>BELLONZI</b>	Mezzane di Sotto	Via S. Giovanni Di Dio, 5	<b>AGOSTI</b>	Caprino V.se	Pza S. Marco, 4
<b>PAVAN</b>	Bonavigo	Via Roma, 10			

Federfarma Verona ricorda a tutti gli utenti della farmacia il servizio **"Farmaco Pronto"** offerto gratuitamente ai residenti e ai turisti di tutta la provincia **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**



**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
- Impianti d'allarme
- Videosorveglianza
- Vigilanza ispettiva
- Pronto intervento
- 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)



CONTRO CHI ABBANDONA GLI ANIMALI

**FAI SENTIRE  
LA TUA VOCE**

Se assisti ad un abbandono denuncia i colpevoli  
alle forze dell'ordine e contatta  
Lega Nazionale per la Difesa del Cane

[legadelcane.org](http://legadelcane.org)

