

giugno 2026

12 Segnali da
ascoltare: la tua
salute mese per mese



LE GAMBE PESANTI

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



FARMACIA Monginevro s.a.s.

del Dott. Livio Oggero e C.

Socio C.I.S.A.F.
Con voi dal 1967

Via Monginevro, 178
10141 Torino

☎ 011 706231 📞 338 6502809

ORARIO LUN - VEN

9:00 - 12:30 / 15:30 - 19:30

SAB
9:00 - 12:30

CHIUSO SABATO POMERIGGIO
La Farmacia sempre al Vostro Servizio
www.farmaciamonginevro.it
clienti@farmaciamonginevro.it

Seguici anche su

1	Lunedì	S. GIUSTINO MARTIRE	Chiuso
2	Martedì	S. MARCELLINO	FESTA DELLA REPUBBLICA
3	Mercoledì	S. CARLO L.	
4	Giovedì	S. QUIRINO VESCOVO	
5	Venerdì	S. BONIFACIO V.	
6	Sabato	S. NORBERTO V.	Aperto 9:00 - 12:30
7	Domenica	CORPUS DOMINI	
8	Lunedì	S. MEDARDO VESCOVO	
9	Martedì	S. PRIMO	
10	Mercoledì	S. MARCELLA	
11	Giovedì	S. BARNABA AP.	
12	Venerdì	S. GUIDO – S. ONOFRIO	
13	Sabato	S. ANTONIO DA P.	Aperto 9:00 - 12:30
14	Domenica	S. ELISEO	
15	Lunedì	S. GERMANA	
16	Martedì	S. AURELIANO	
17	Mercoledì	S. GREGORIO B.	
18	Giovedì	S. MARTINA	
19	Venerdì	S. GERVASIO	
20	Sabato	S. ETTORE	Aperto 9:00 - 12:30
21	Domenica	S. LUIGI GONZAGA	
22	Lunedì	S. PAOLINO DA NOLA	
23	Martedì	S. LANFRANCO	
24	Mercoledì	NATIV. S. GIOVANNI B.	
25	Giovedì	S. GUGLIELMO AB.	
26	Venerdì	S. VIRGILIO VESCOVO	
27	Sabato	S. CIRILLO D'ALESS.	Aperto 9:00 - 12:30
28	Domenica	S. ATTILIO	
29	Lunedì	SS. PIETRO E PAOLO	
30	Martedì	SS. PRIMI MARTIRI	