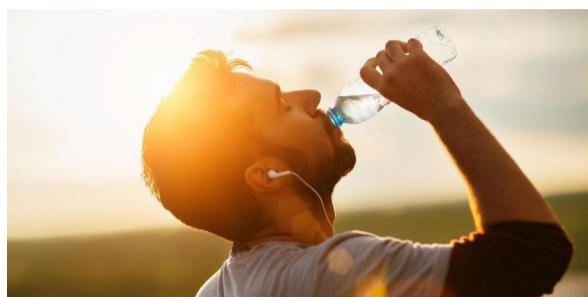


# giugno

# 2020

Integratori per il benessere



## Integratori salini

Gli integratori di sali minerali sono prodotti contenenti sostanze essenziali per la salute dell'organismo: macroelementi (calcio, fosforo, potassio, sodio, cloro, ferro, zolfo e magnesio) e microelementi (rame, iodio, rame, fluoro, selenio e altri). Gli integratori di sali minerali vengono consigliati con scopi diversi, a seconda dei micronutrienti o macro-nutrienti che contengono: il magnesio per alleviare i sintomi della sindrome premestruale, il ferro in caso di anemia sideropenica, il calcio e il fosforo sono importanti per l'ossificazione, il potassio è fondamentale per l'attività dei muscoli (cuore incluso), e lo iodio è un componente degli ormoni tiroidei. A seconda dei casi la loro assunzione può essere consigliata per migliorare le performance sportive, per bilanciare le perdite quotidiane, per sopperire a carenze che possono portare a problemi di salute o per affrontare al meglio fasi specifiche della vita come la gravidanza, l'allattamento o la terza età. Gli esperti di alimentazione ricordano che gli eccessi di minerali possono essere pericolosi tanto quanto la carenza. Sarà quindi importante che l'assunzione sia bilanciata, regolata da controllo medico e in presenza di esigenze specifiche.



## ORARIO

**MERCOLEDÌ**  
SEMPRE APERTO  
chiusura:  
**sabato pomeriggio**

lunedì: 9,00 - 12,30 / 15,00 - 19,30  
martedì - venerdì  
9,00 - 12,30 / 15,30 - 19,30  
sabato: 9,00 - 12,30

# FARMACIA

# Monginevro

*Dott. Livio Oggero*  
**Socio C.I.S.A.F.**

Via Monginevro, 178  
10141 Torino

Tel 011 706231 - Fax 011 7070541

La Farmacia sempre al vostro servizio,  
anche sul web

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

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