

ottobre
2026

**12 Segnali da
ascoltare: la tua
salute mese per mese**



I DISTURBI DELL'UMORE

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

FARMACIA dei Bastioni

ORARIO

chiusura:

sabato pomeriggio

LUN-VEN

9:00-13:00 / 15:00-19:00

SAB

9:00-12:30

ESTIVO

Dal 13 Aprile al 26 Settembre

LUN-VEN

9:00-13:00 / 15:30-19:30

SAB

9:00-12:30

**FARMACIA
dei Bastioni**

Dott.ssa Daniela Arneodo

Socia C.I.S.A.F.

Via Gatti, 37

10098 Rivoli (TO)

Tel 011 9530468 - Fax 011 9510363

La Farmacia sempre al vostro servizio
anche sul web

www.farmaciadeibastioni.it

farmacia@farmaciadeibastioni.it

Seguici anche su

1 Giovedì

S. TERESA DEL B.G.

2 Venerdì

SS. ANGELI CUSTODI

3 Sabato

S. GERARDO AB.

Aperto

9,00 - 12,30



4 Domenica

S. FRANCESCO D'ASSISI

5 Lunedì

S. PLACIDO MARTIRE

6 Martedì

S. BRUNO AB.

7 Mercoledì

N.S. DEL ROSARIO

8 Giovedì

S. PELAGIA

9 Venerdì

S. FERRUCCIO

10 Sabato

S. DANIELE M.

Aperto

9,00 - 12,30



11 Domenica

S. FIRMINO VESCOVO

12 Lunedì

S. SERAFINO CAPP.

13 Martedì

S. EDOARDO RE

14 Mercoledì

S. CALLISTO I PAPA

15 Giovedì

S. TERESA D'AVILA

16 Venerdì

S. MARGHERITA A.

17 Sabato

S. RODOLFO

Aperto

9,00 - 12,30



18 Domenica

S. LUCA EVANG.

19 Lunedì

S. LAURA

20 Martedì

S. IRENE

21 Mercoledì

S. ORSOLA

22 Giovedì

S. DONATO VESCOVO

23 Venerdì

S. GIOVANNI DA C.

24 Sabato

S. ANTONIO M.C.

Aperto

9,00 - 12,30



25 Domenica

S. CRISPINO

26 Lunedì

S. EVARISTO PAPA

27 Martedì

S. FIORENZO VESCOVO

28 Mercoledì

S. SIMONE

29 Giovedì

S. MASSIMILIANO

30 Venerdì

S. GERMANO VESCOVO

Aperto

9,00 - 12,30



31 Sabato

S. LUCILLA