

# dicembre

# 2026

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



### IL MAL DI SCHIENA

Quasi tutti, almeno una volta nella vita, soffrono di mal di schiena. Lo stress, la sedentarietà e posture scorrette sono tra le cause principali. Spesso si tratta di disturbi transitori, ma in alcuni casi il dolore può essere segnale di problemi più seri. Il "colpo della strega" è un esempio di dolore acuto e improvviso, provocato da una contrazione muscolare o da un'infiammazione cronica dovuta a ernia o traumi. È così intenso da limitare i movimenti. Intervenire precocemente aiuta a prevenire complicazioni. Il farmacista può suggerire rimedi naturali o farmacologici, ma è sempre opportuno coinvolgere il medico in caso di persistenza.

### 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](http://www.farmaciadeibastioni.it)

[farmacia@farmaciadeibastioni.it](mailto:farmacia@farmaciadeibastioni.it)

Seguici anche su

1	<b>Martedì</b> S. ANSANO	
2	<b>Mercoledì</b> S. BIBIANA	
3	<b>Giovedì</b> S. FRANCESCO SAVERIO	
4	<b>Venerdì</b> S. BARBARA	
5	<b>Sabato</b> S. GIULIO M.	Aperto 9,00 - 12,30
6	<b>Domenica</b> S. NICOLA VESCOVO	
7	<b>Lunedì</b> S. AMBROGIO VESCOVO	CHIUSO
8	<b>Martedì</b> IMMACOLATA CONC.	
9	<b>Mercoledì</b> S. SIRO	
10	<b>Giovedì</b> N.S. DI LORETO	
11	<b>Venerdì</b> S. DAMASO PAPA	
12	<b>Sabato</b> S. GIOVANNA F.	Aperto 9,00 - 12,30
13	<b>Domenica</b> S. LUCIA V.	
14	<b>Lunedì</b> S. POMPEO	
15	<b>Martedì</b> S. VALERIANO	
16	<b>Mercoledì</b> S. ALBINA	
17	<b>Giovedì</b> S. LAZZARO	
18	<b>Venerdì</b> S. GRAZIANO VESCOVO	
19	<b>Sabato</b> S. FAUSTA	Aperto 9,00 - 12,30
20	<b>Domenica</b> S. LIBERATO MARTIRE	
21	<b>Lunedì</b> S. PIETRO CANISIO	
22	<b>Martedì</b> S. FRANCESCA CABRINI	
23	<b>Mercoledì</b> S. VITTORIA	
24	<b>Giovedì</b> S. DELFINO	
25	<b>Venerdì</b> NATALE DEL SIGNORE	
26	<b>Sabato</b> S. STEFANO PROTOM.	
27	<b>Domenica</b> S. GIOVANNI AP.	
28	<b>Lunedì</b> SS. INNOCENTI MARTIRI	
29	<b>Martedì</b> S. TOMMASO BECKET	
30	<b>Mercoledì</b> S. RUGGERO	
31	<b>Giovedì</b> S. SILVESTRO PAPA	