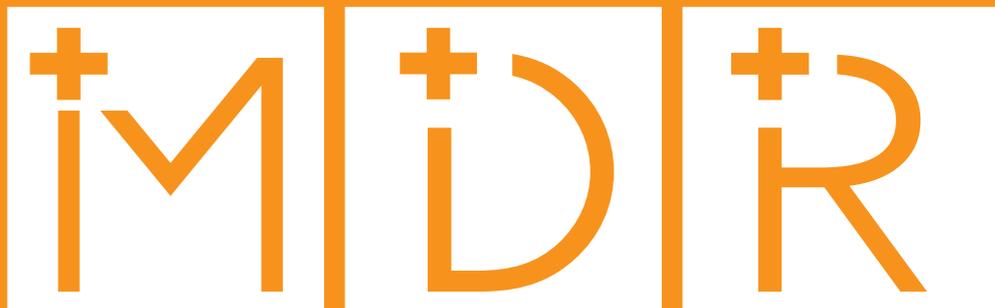


DISTRIBUZIONE GRATUITA N° 05 LUGLIO-AGOSTO 2018



LA RIVISTA DELLE FARMACIE DABBENE

FOCUS

**Cosa mettere
in valigia** pag. 3

SPECIALE

**Consigli per
un sonno migliore** pag. 4-5

GLI SCONTI DEL MESE pag. 6-9

SPECIALE

**Sole e protezione:
la prevenzione inizia
a tavola** pag. 10



+

Farmacie
Dabbene

Avrò cura di te

IRRITABILITÀ
NERVOSISMO
STRESS ECCESSIVO
SBALZI D'UMORE
AFFATICAMENTO
STANCHEZZA
FASTIDI MUSCOLARI

Un'integrazione con Magnesio può essere utile in tutti questi casi.



200g e 400g polvere solubile
10 e 32 bustine monodose
90 compresse.

MAGNESIO COMPLETO

**4 fonti di Magnesio
per ritrovare la serenità**

Formulato con:

- ✓ **Magnesio pidolato**
- ✓ **Magnesio citrato**
- ✓ **Magnesio marino**
- ✓ **Magnesio carbonato**

Arricchito con **Fruttoligosaccaridi**
Gradevole gusto **Agrumi**

SENZA
GLUTINE

SENZA
LATTOSIO

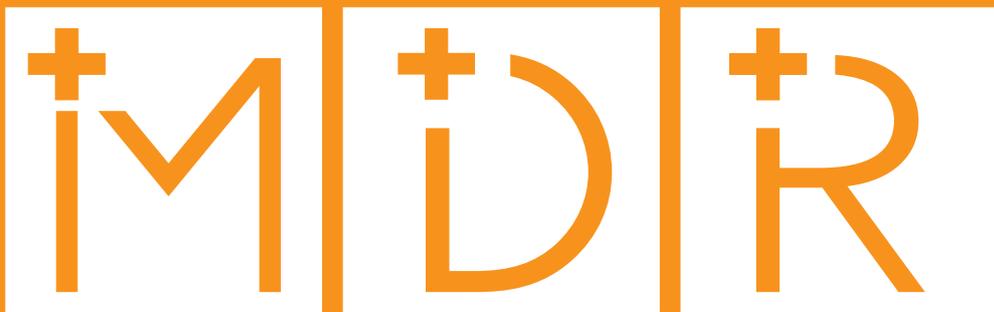
ADATTO A
VEGANI

DOLCIFICATO
STEVIA

PRINCIPIUM®

BIOS  LINE

Leggere le avvertenze riportate sulla confezione



LA RIVISTA DELLE FARMACIE DABBENE

Parola di Farmacista

Editoriale della Dr.ssa Piani, Farmacia Stella



Cari clienti lettori,

finalmente l'estate è entrata nel vivo, regalandoci le prime vere giornate di caldo e di sole. I più fortunati sono già partiti, ma presto tutti quanti riusciremo a goderci le nostre meritate vacanze. Ovunque le trascorrerete, ricordatevi di portare con voi la vostra salute e quella di tutta la famiglia. Se siete voi a occuparvi di tutto, ponete in cima alle cose da mettere in valigia quei medicinali di cui proprio non potete fare a meno: quelli che usate di solito, quelli che rischiate di non trovare e anche quelli che è sempre meglio avere con sé per un soccorso immediato in caso di piccoli traumi, contusioni o lievi malesseri.

In queste pagine potrete trovarne già alcuni, così come una selezione di prodotti per una protezione efficace dal sole. Nelle nostre farmacie troverete comunque un'offerta ancora più ampia, e soprattutto potrete avvalervi della consulenza dei nostri professionisti per scegliere solo le soluzioni più adatte alle vostre esigenze di salute e benessere. Ricordatevi, inoltre, di approfittare subito delle promozioni in corso. Sono tante, speciali, tutte imperdibili. Sono il nostro modo di augurarvi fantastiche vacanze!

Buona lettura, ci vediamo in farmacia.



M Farmacia
Maestra

D Farmacia Omeopatica
Dabbene

R Farmacia
Reale

S Farmacia
Stella

NOTTI D'ESTATE:

Ecco i consigli che migliorano il sonno. E migliorano la vita.



A cura della Dr.ssa
Giorgia Finelli, Farmacia Reale

Con l'arrivo dell'estate e le sue giornate lunghe e soleggiate si presentano puntuali i disturbi del sonno. Ecco alcuni rimedi fitoterapici e alimentari per affrontarli.

Lo stress quotidiano spesso può influire negativamente sulla qualità del sonno, non permettendo così un fisiologico recupero notturno e determinando un'inevitabile stanchezza già di prima mattina. Dopo le 15 infatti, il nostro corpo cessa di produrre il cortisolo, necessario alla produzione di energia per la prima fase della giornata, e nel pomeriggio inizia la produzione di melatonina, per favorire il fisiologico ingresso dell'organismo nella fase notturna. La produzione endogena di melatonina, infatti, è favorita dal crepuscolo, ma con i ritmi stressanti e frenetici, spesso questa produzione

viene ritardata o decisamente soppressa determinando così frequenti risvegli notturni o la difficoltà a prendere sonno.

Una cattiva qualità del sonno comporta dunque stanchezza, irritabilità, ansia e malumore durante il giorno.

Questi sintomi vanno quindi sempre correlati alla qualità del sonno per poterli trattare correttamente.

Tra i rimedi fitoterapici utili a favorire il sonno troviamo Valeriana, Passiflora, Tiglio, Melissa, Escolzia, Avena, Luppulo e Biancospino. Queste piante officinali hanno azione ansiolitica ed ipnoinducente, agendo dunque sulla qualità del sonno. L'assunzione di prodotti a base di queste piante già dal tardo pomeriggio favorisce l'ingresso dell'organismo verso la fase notturna con l'attivazione del sistema parasimpatico, il quale

favorisce il rilassamento ed il sonno.

Tra i minerali il Magnesio ha un'azione fondamentale per il rilassamento, in quanto attenua l'eccitabilità nervosa e muscolare. Riduce infatti la secrezione di Adrenalina e stimola la produzione di Serotonina, agendo quindi anche sull'umore. La sua assunzione è raccomandata, anche in questo caso, già dal pomeriggio per favorire il rilassamento muscolare e nervoso, oppure subito prima di andare a dormire.

Anche dal punto di vista alimentare, infine, si può contribuire al

mantenimento dei normali ritmi fisiologici, tra cui il ritmo sonno-veglia. È infatti **sconsigliato l'eccessivo consumo di carboidrati**, in particolare quelli ad elevato Indice Glicemico, durante la cena, poiché questi rappresentano una fonte di energia immediata dovuta all'apporto di glucosio, non più necessaria nella fase notturna. È consigliabile invece il consumo di proteine e fibre accompagnati da acqua. Ecco quindi come favorire il corretto ciclo circadiano ed aumentare la qualità del sonno, per poter essere più rilassati e performanti durante il giorno.



Le piante officinali che agiscono sulla qualità del sonno:

Valeriana, Passiflora, Tiglio, Melissa, Escolzia, Avena, Luppolo e Biancospino

Tra i minerali il Magnesio ha un'azione fondamentale per il rilassamento

Avvi cura di te

SCEGLI
TRA LE PROMO
I PRODOTTI
PER TE!

Le promozioni dell'estate

**EUPHRASIA
COLLIRIO**
20 monodosi

REACTINE
6 compresse



Occhi

Allergie

€ 10,90
~~€ 13,60~~

€ 7,90
~~€ 9,90~~

VOLTADOL
10 cerotti medicati



VOLTAREN
emulgel 1%
60 gr



MOMENTACT
10 capsule molli
400 mg



Antinfiammatori

€ 16,80
~~€ 21,00~~

€ 6,90
~~€ 8,90~~

€ 7,60
~~€ 9,50~~

BRIOVITASE
10 buste



POLASE
60 cpr
senza zucchero



**POLASE
ARANCIA**
36 Buste



**MAGNESIO
COMPLETO**
200 gr



Integrazione

€ 4,90
~~€ 7,50~~

€ 10,90
~~€ 15,90~~

€ 16,60
~~€ 24,60~~

€ 14,80
~~€ 19,00~~



BRACCIALE ANTIZANZARA ADULTO / BAMBINO

€ 4,90

+

Farmacie
Dabbene

PENNA LENITIVA DOPOPUNTURA



Antizanzare

FOILLE INSETTI CREMA



JUNGLE FORMULA SPRAY MOLTO FORTE



CITRONEEM SPRAY



€ 6,70
€ 8,40

€ 6,90
€ 8,90

€ 9,90
€ 12,40

€ 7,50
€ 8,50

ROFIXDOL SPRAY GOLA



BUSCOFEN 12 capsule molli 200 mg



PIC CEROTTI DELICATI



ALOE GEL



€ 6,90
€ 8,95

€ 5,20
€ 6,50

€ 3,70
€ 4,70

€ 7,90
€ 9,90

SUPRADYN RICARICA 15 cpr effervescenti



SUPRADYN MAGNESIO/POTASSIO 14 buste



MAG 2 20 buste



€ 9,70
€ 12,20

€ 7,90
€ 9,90

€ 11,90
€ 14,90

Avvi cura di te

SCEGLI
TRA LE PROMO
I PRODOTTI
PER TE!

Le promozioni dell'estate

MAG NOTTE
24 bustine



Sonno e relax

**VALERIANA
DISPERT**
30 compresse



€ **11,90**
~~€ 14,90~~

€ **5,90**
~~€ 7,80~~

VENORUTON
30 buste



Gambe



**VENPIÙ
GEL**

CODEX
20 capsule



Stomaco e Intestino

8 € **13,80**
~~€ 17,30~~

€ **7,90**
~~€ 11,50~~

€ **14,30**
~~€ 17,90~~

ENTEROGERMINA VIAGGI
12 bustine



Stomaco e Intestino

MAALOX PLUS
30 compresse masticabili



€ **10,90**
~~€ 13,90~~

€ **6,90**
~~€ 8,90~~

+

Farmacie
Dabbene

RINAZINA
spray nasale



Naso

€ 6,90
~~€ 8,90~~

ALOVEX
GEL



Bocca

€ 8,70
~~€ 10,90~~

COMPEED
vesciche piccolo 5 pezzi



Piedi

€ 6,90
~~€ 8,78~~

ALOE
SUCCO
PURO



ENTEROG
ANTIDIARROICO
12 cpr



ENTEROGERMINA
4 miliardi 10 flaconcini



9

€ 14,90
~~€ 18,90~~

€ 6,80
~~€ 8,50~~

€ 11,90
~~€ 15,90~~

CITROSODINA
granulato effervescente



REFLUMED ANANAS
10 stick



LUBRIGYN
DETERGENTE
INTIMO



Intimo

€ 4,90
~~€ 6,30~~

€ 8,70
~~€ 10,90~~

€ 4,90
~~€ 7,90~~

SOLE E PROTEZIONE:

La prevenzione inizia a tavola.



*Dr.ssa Chiara Alice Fantone
Farmacia Maestra*



Quando l'estate entra nel vivo, il richiamo del sole diventa quasi irresistibile. Al mare, in montagna o anche solo nei parchi e nelle piscine delle nostre città, ogni occasione è buona per dedicarsi alla tintarella. Perché ci aiuta a sentirci subito più belli, ci dona un aspetto più giovane e sano, ci permette di coltivare quel pizzico di vanità che è in ognuno di noi. L'importante però, come sempre, è non esagerare. Il sole, infatti, è sicuramente un ottimo alleato per favorire l'assimilazione della vitamina D, fondamentale per migliorare gli stati reumatici e fortificare il nostro apparato osseo, ed è anche un toccasana per il nostro buonumore. Tuttavia, se preso in dosi eccessive o nelle ore più calde, ha importanti ripercussioni sull'invecchiamento cutaneo precoce causato dall'attività dei radicali liberi. Come proteggere la pelle dall'esposizione ai raggi

ultravioletti? Semplice! Con uno stile di vita sano, aiutandoci con i preziosi cibi che la natura ci offre ogni giorno. Privilegiando l'assunzione di **alimenti ricchi di antiossidanti**, ad esempio, possiamo migliorare la difesa cutanea contro l'azione nociva dei radicali prodotti da agenti esterni come sole, fumo o inquinamento. Questo grazie all'azione dei **polifenoli**, antiossidanti presenti in frutti come lampone, more, ribes o uva, e dei **carotenoidi** contenuti non solo in carote, peperoni o pomodori ma anche in pesche e meloni. Della categoria dei carotenoidi fa parte anche il **Betacarotene** che possiamo trovare sia in latte, uova e olio di fegato di merluzzo che in frutta e verdura di colore arancione. Si tratta di un antiossidante utile alla formazione della **vitamina A**, detta anche retinolo, preziosa per la sintesi dello strato connettivo e per donare elasticità e idratazione alla pelle.





A proposito di vitamine. Oltre alla vitamina A, è importante assumere la giusta quantità di vitamina C per prevenire i danni dovuti all'esposizione al sole. Perché favorisce la sintesi del collagene e l'**attività antiossidante**, neutralizza l'effetto dei radicali liberi e svolge un'importante attività di sostegno del derma. Possiamo trovarla in grande quantità in kiwi, arance, limoni, meloni e meloni, così come in prezzemolo, peperoni, broccoli, valeriana e cicoria.

Anche gli **alimenti ricchi di sali minerali** come legumi, cereali, ortaggi verdi e frutta secca hanno un ruolo fondamentale nella prevenzione, principalmente perché gli oligoelementi che contengono ci aiutano ad affrontare al meglio gli "effetti collaterali" di un'esposizione al sole e a temperature elevate. Zinco, selenio, zolfo, magnesio e potassio, infatti, sono utilissimi nel ripristinare la perdita idrosalina dovuta a un'eccessiva sudorazione e, oltretutto, concorrono al funzionamento ottimale dei sistemi enzimatici e alla funzione nervosa.

Non dimentichiamo, infine, che all'adozione di una corretta dieta alimentare va sempre abbinata una abbondante assunzione di liquidi, fondamentale per mantenere il giusto livello di idratazione corporea. Almeno due litri d'acqua al giorno quindi, preferibilmente non durante i pasti. E se proprio ci sembrano troppi, le alternative non mancano: succhi di frutta naturali non zuccherati, centrifugati, thé verde... abbiamo solo l'imbarazzo della scelta!



ANTIOSSIDANTE



RICCO DI SALI MINERALI



RICCO DI BETA-CAROTENE



CORRETTA IDRATAZIONE

PARTENZE INTELLIGENTI?

Prima di tutto, mettiamo in valigia la salute.



*Dr.ssa Chiara Alice Fantone
Farmacia Maestra*

Mete vicine o spiagge lontane? Ognuno ha il suo viaggio preferito ma, qualunque sia la nostra destinazione, quello che non deve mai mancare in valigia è l'attenzione alla nostra salute e al nostro benessere.

Per partire con il piede giusto, e non rischiare sgradevoli sorprese, bastano pochi semplici accorgimenti che possiamo prendere già alcuni giorni prima della agognata vacanza. Ad esempio, oltre a costumi e accessori, **non dimentichiamo i giusti prodotti per una prevenzione adeguata dal sole. In crema, in spray, protezione media o totale... scegliamo in base alle nostre preferenze e al nostro fototipo.**

È fondamentale che la loro azione sia efficace, non pregiudicata cioè da un cattivo stato di conservazione. Per questo è sempre meglio acquistare i solari poco prima della nostra partenza, per essere sicuri di ottenere le massime performance

INDISPENSABILI

- crema solare
- antipiretici
- antidiarroici
- cerotti e garze
- crema lenitiva
- occhiali da sole
- cappello



e garantire così una adeguata difesa alla nostra pelle.

Un'altra importante "assicurazione" sul nostro viaggio è quella di mettere in valigia tutto ciò che può servirci per un pronto soccorso immediato in caso di febbre, dissenteria o di piccoli incidenti di percorso.



Un piccolo kit di emergenza con antipiretici, antidiarroici, cerotti, garze e creme lenitive in caso di traumi o scottature può sempre tornarci utile. Soprattutto se ci troviamo in zone poco frequentate o in Paesi lontani, dove trovare le nostre medicine abituali diventa un'impresa quasi impossibile. A questo punto non ci resta che partire. Infilando i nostri occhiali da sole preferiti, quelli con lenti di alta qualità in grado di proteggerci realmente dai raggi UV, e portandoci dietro un bel cappello in tessuto leggero o materiali naturali che lascino respirare il cuoio capelluto. Accompagnati da tante buone letture e da una buona dose di spensieratezza renderanno le vacanze indimenticabili, anche per la nostra salute!

COLLAGENIL PRESENTA L' ACIDO IALURONICO
AD ALTO PESO MOLECOLARE:

il segreto di due cosmeceutici d'eccellenza

È il protagonista indiscusso del mondo della medicina estetica, dove viene considerato come un vero e proprio elisir di eterna giovinezza. È l'Acido ialuronico, una sostanza naturalmente presente nei tessuti connettivi dell'uomo, che serve a garantirne **idratazione**, oltre che resistenza e mantenimento della forma. Come accade per altri componenti dei nostri tessuti, anche la concentrazione di Acido ialuronico tende a diminuire con l'età ed ecco che compaiono **rughe e fastidiosi inestetismi**.

Per questo, diventa fondamentale reintegrarlo attraverso i prodotti della nostra quotidiana beauty routine, tanto è vero che molti **trattamenti estetici** si basano proprio sulle straordinarie peculiarità di questo acido e in particolare sulla sua capacità di **legare molecole d'acqua** e altre sostanze fondamentali per il nostro organismo. Noi di **Collagenil** lo sappiamo bene ed è per questo che ne abbiamo fatto l'ingrediente di punta di molti nostri cosmeceutici. Due su tutti? **Hyaluronic Gel e Skin Treatment della linea Re-Pulp, due tra i prodotti**

più amati del nostro catalogo.

Il primo è un gel unico, in grado di svolgere una **doppia azione – idratante e antirughe** – amato da donne di tutte le età. È un prodotto multifunzionale e versatile che, Applicato al mattino dopo la pulizia, è un'ottima base trucco, che in pochi secondi si assorbe lasciando la pelle idratata, elastica e pronta per il make-up. Può essere, quindi, utilizzato come primer per il viso, appena prima di fondotinta e blush. La sua funzione primaria è quella di idratare a fondo anche la pelle più secca e migliorare di conseguenza lo stato della cute che è affaticata o stressata.

Ma non è finita qui, visto che **Re-Pulp Hyaluronic Gel svolge contemporaneamente un'intensa azione anti-age**. Combatte le rughe – da quelle più superficiali a quelle più profonde – grazie ancora una volta all'Acido ialuronico, che in questo cosmeceutico – così come in Skin Treatment – si trova nella forma ad alto peso molecolare. Questo significa che le sue molecole sono più grandi e che quindi non penetrano a fondo nella pelle. Al contrario, agiscono in modo



superficiale, ma non per questo poco importante. Infatti, grazie a questo meccanismo, viene a crearsi una sorta di barriera protettiva sulla pelle: si parla di azione filmogena, ritenuta fondamentale per mantenere la salute cutanea, che va a sommarsi a quella propriamente idratante dell'Acido ialuronico.

Skin Treatment, invece, è una crema giorno dalla piacevole profumazione delicata, che si assorbe rapidamente, lasciando una sensazione di freschezza immediata. A contraddistinguerla e a determinarne la grande efficacia è la **sinergia** tra gli elementi, che rappresenta – non a caso – una delle tre dimensioni della cosmeceutica di **Collagenil**.

In Skin Treatment la sinergia coinvolge il protagonista assoluto di

questa crema, l'Acido ialuronico, e la **Vitamina C complessata**. Quest'ultima è da considerare come **l'antiossidante più potente in natura** e la sua azione va in questo caso ad accompagnare quella idratante e filmogena dell'Acido ialuronico.

La combinazione è esplosiva: rende Skin Treatment un prodotto completo che riesce a svolgere in modo capillari tutte le principali attività nella lotta all'invecchiamento cutaneo:

- Azione antiradicalica
- Azione idratante ed elasticizzante
- Azione trofica del microcircolo
- Azione di ossigenazione tissutale

I vostri alleati quotidiani contro lo scorrere del tempo!

Le promozioni dell'estate

A LUGLIO E AGOSTO PREPARARSI AL SOLE COSTA LA METÀ

PROMOZIONE
SOLARI

1 + 1

Il primo lo acquisti tu,
il secondo*
lo regaliamo noi

*Sull'acquisto di due prodotti
il meno caro è in omaggio



Bichère
SUN CARE

LIERAC
LABORATOIRE

LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

VICHY
LABORATOIRES

Avène

ANGSTROM
PROTECT

HELIOCARE

SCOPRI IN FARMACIA LA SELEZIONE SOLARI



a
€ 9,90

(Sino ad esaurimento scorte)

LA GIUSTA PROTEZIONE AL GIUSTO PREZZO



SPECIALE PULIZIA VISO

**PRIMA CI
PENSI,
PRIMA HAI
UN REGALO!**

PRENOTA ADESSO
LA TUA PULIZIA
DEL VISO
DI SETTEMBRE.
**IN OMAGGIO
UN TRATTAMENTO
OSSIGENO VISO**



EVENTI LUGLIO

QUANDO	COSA	DOVE
3	GIORNATA VEGETAL PROGRESS	FARMACIA MAESTRA
4	OPEN DAY SOMATOLINE CORPO	FARMACIA REALE
5	GIORNATA VEGETAL PROGRESS	FARMACIA OMEOPATICA DABBENE
5	TEST REFLUSSO VENOSO	FARMACIA OMEOPATICA DABBENE
12	ESAME MOC	FARMACIA REALE
12	BIONIKE MAKE UP SOTTO IL SOLE	FARMACIA OMEOPATICA DABBENE
13	DARPHIN: MINI TRATTAMENTO VISO	FARMACIA MAESTRA
16	OPEN DAY DIMAGRA CON DIETISTA	FARMACIA OMEOPATICA DABBENE
18	DARPHIN: MINI TRATTAMENTO SCRUB CORPO	FARMACIA OMEOPATICA DABBENE
21	BIONIKE ACCADEMIA TRUCCO	FARMACIA STELLA
5-6-7		
12-13-14	SERE D'ESTATE: FARMACIA APERTA ALLA SERA	FARMACIA MAESTRA
19-20-21		



Farmacia
Omeopatica
Dabbene



Farmacia
Maestra



Farmacia
Reale



Farmacia
Stella

SEDI E ORARI

Farmacia
Maestra

Via F.lli Piol 35, Rivoli - Tel. 011 958 6378
Da lunedì a sabato 8.30/13.00 - 15.00/19.30
Domenica 9.30/13.00 - 15.00/19.30



+39 324 89 50 102

solo per sms e whatsapp

Farmacia Omeopatica
Dabbene

Via Bologna 91, Torino - Tel. 011 284 094
Da lunedì a sabato orario continuato 8.30/20.00



+39 327 65 59 349

solo per sms e whatsapp

Farmacia
Reale

Corso Susa 42, Rivoli - Tel. 011 958 6811
Da lunedì a venerdì orario continuato 8.30/20.30
Sabato mattina 8.30/12.30



+39 331 727 81 88

solo per sms e whatsapp

Farmacia
Stella

Via Mazzini 25, Alpignano - Tel. 011 967 6311
Da lunedì a venerdì 8.30/13.00 - 15.30/19.30
Sabato mattina 8.30/13.00

NEW!



+39 331 615 06 64

solo per sms e whatsapp