

Carta Salute
Servizi

MAGGIO 2024

parole di salute

La sana informazione
delle farmacie comunali
della tua città

Per te



IL 19 MAGGIO, A VIAREGGIO
L'EVENTO CAMMINATA
DEL CUORE DI 10 KM

NOVITÀ SUI SERVIZI DI
TELEMEDICINA
E AUTOANALISI

NOVITÀ A TORRE DEL LAGO:
APERTURA SANITARIA!

**FarmaCity**

Città di Viareggio

iCAREil tuo
sistema
virtuoso

LE FARMACIE COMUNALI DELLA TUA CITTÀ

SPECIALE
CHECK-UP
Serenità



Camminata del **Cuore**

19 DOMENICA | VIAREGGIO
MAGGIO

**PASSEGGIATA INCLUSIVA
DI 10KM**

CHECK UP **GRATUITI** E INCONTRI
CON GLI SPECIALISTI

**VALUTAZIONI MEDICHE
E TECNICO SANITARIE**

**T-SHIRT E APERITIVO
PER GLI ISCRITTI**





Dott. Brunello Pellegri
Coordinatore FarmaCity

Maggio, prevenzione al centro: Camminata del Cuore e Giornata Mondiale contro l'Ipertensione

Maggio porta con sé due importanti appuntamenti dedicati alla salute cardiovascolare: il 19 maggio FarmaCity è main sponsor della **Camminata del Cuore 2024**, organizzata da Sei Versilia, la Camminata del Cuore vuole promuovere l'importanza del camminare come strumento di prevenzione e riabilitazione, è una potente medicina per l'umore, i vantaggi sulla sfera psicologica sono notevoli dall'effetto de-stressante a quello di riduzione dell'ansia, inoltre sarà un evento collettivo che vuole promuovere l'inclusione. Ai partecipanti verrà inoltre omaggiato un carnet di prevenzione, contenente coupon per screening gratuiti o scontati da spendere nelle nostre FarmaCity.

Il 17 maggio è la **Giornata Mondiale contro l'Ipertensione**, pertanto per tutto il mese di Maggio sarà possibile effettuare la misurazione della pressione arteriosa con la rilevazione della fibrillazione atriale per prevenire l'ictus e le malattie cardiovascolari.

FarmaCity: Nuovi Servizi e Apertura della Sanitaria a Torre del Lago

Per rispondere alle esigenze sempre più diversificate dei cittadini, **FarmaCity** annuncia l'apertura di una **sanitaria presso il punto vendita di Torre del Lago**. In questa nuova struttura, sarà possibile **acquistare e noleggiare** una vasta gamma di prodotti per la salute e la riabilitazione, tra cui carrozzine, deambulatori, apparecchi per magnetoterapia e scooter elettrici. Inoltre, mediante FarmaCity Express, il servizio di **consegna a domicilio**, disponibile su tutto il territorio del comune di Viareggio, è possibile avere la consegna a casa garantendo comodità e accessibilità a tutti.

Insieme per una Salute Migliore

La prevenzione è la chiave per vivere una vita sana e longeva. Le farmacie comunali di Viareggio, con i loro servizi sempre più evoluti, rappresentano un punto di riferimento importante per i cittadini. In occasione della Camminata del Cuore e della Giornata Mondiale contro l'Ipertensione, invitiamo tutti a prendersi cura di sé e a usufruire dei servizi offerti dalle FarmaCity, le farmacie comunali della città di Viareggio.

Insieme, possiamo costruire una comunità più sana e consapevole.

PR MOZIONI CORPO

 **RILASTIL**
LABORATORIO DERMATOLOGICO

THE REAL FORMULA FOR REAL SKIN.

SPECIALE CORPO



-20%

ALL'ACQUISTO
DI 1 PRODOTTO*

-30%

ALL'ACQUISTO
DI 2 PRODOTTI*

*Offerta valida per le linee Rilastil Elasticizzante, Rassodante, Seno, Liporeducer, Lipofusion, per le referenze Hydrafusion 400ml e Aqua Latte Corpo 400ml dal 01.02.24 al 31.05.24. Offerta non cumulabile con altre promozioni in corso. Sconto applicato sul prezzo praticato dal rivenditore che resta libero di determinare il prezzo finale al pubblico.

EAU THERMALE
Avène
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE PHARMACEUTIQUE

 **RILASTIL**[®]
LABORATORI MILANO

ANGSTROM
— PROTECT —

VICHY
LABORATOIRES

-20%

SU 1 PRODOTTO

-30%

SU 2 PRODOTTI

-40%

SU 3 PRODOTTI



**FARMACITY
SOLE PLUS BIPACK**

ULTERIORE SCONTO A

€ 19,90

INVECE CHE € 24,00

PROMO



Occasione
SPECIALE

ANTIDOLORE

NUROFEN 12 cpr riv
200 mg



4,90 € 6,20 €

LASONIL ANTIIFIAMM 24 cpr
220 mg



10,90 € 13,55 €

LASONIL ANTIDOLORE
Gel 120g 10%



11,90 € 14,05 €

VOLTAREN EMULGEL
Gel 100 g 2%



15,90 € 18,80 €

STOMACO E INTESTINO

BENEFIBRA LIQUIDA
12 bustine PRO 24



9,90 € 11,50 €

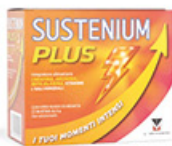
LACTOFLORENE PLUS
Bipack 7 fl



10,90 €

INTEGRATORI

SUSTENIUM PLUS 22 bustine
Vari gusti



1 PEZZO da 19,90 € a
-20% **15,90 €**
2 PEZZI da 39,80 € a
-30% **27,86 €**

INTEGRATORI

POLASE SPORT 10 bust
PROMO 2024



11,90 € 13,90 €

MULTICENTRUM BELLEZZA
& COLLAGEN 30 capsule



16,90 € 19,90 €

IGIENE

RILASTIL XEROLACT OLIO
DETERGENTE



16,90 € 21,90 €

RILASTIL XEROLACT GEL
DETERGENTE



16,90 € 21,90 €

DAL 6 MAGGIO AL 9 GIUGNO

RIMEDI DI STAGIONE

LISOMUCIL TOSSE MUC AD
sciroppo 5%



9,90 € 11,90 €

LEVOTUSS SCIROPPO 200
ml 30 mg/5 ml



9,90 € 11,90 €

BENACTIVDOL GOLA Spray
15 ml 8,75



11,90 € 13,80 €

SUPRADYN RICARICA 15 cpr
effervescenti



12,50 € 14,60 €

SUPRADYN RICARICA 30 cpr
effervescenti



19,30 € 23,90 €

SUPRADYN RICARICA 35 cpr



13,90 € 16,50 €

ALLERGIE

RILASTIL HYDRAFUSION
GEL CREMA 75 g



5,90 € 6,90 €

RILASTIL DEO ROLL ON
50 ml



8,90 € 13,90 €

EUMILL ALLERGY GTT
OCULARI 10 ml



13,90 € 16,40 €

EUMILL ALLERGY GTT
OCULARI 10 fl



11,50 € 13,40 €

PROMO



Occasione
SPECIALE

ALLERGIE

HOMEOPTIC COLL MONOD
10 fl 0,4 ml



9,90 € 11,90 €

EUPHRALIA 10 COLLIRIO
MONODOSE



9,90 € 11,60 €

IGIENE INTIMA

SAFORELLE DETERGENTE DE
250+100 ml



6,90 € 8,40 €

IGIENE ORALE

GUM PERIOBALANCE 30 cpr



14,90 € 17,50 €

GUM PAREOX 0,12 COLLUT
CHX 300 ml



7,50 € 8,90 €

IGIENE BIMBO

INTIMO MIODERM FDR
240 ml



9,90 € 12,99 €

ZANZARE

ALONTAN NEO FAMILY
Spray 75 ml



7,90 € 9,90 €

ALONTAN NATURAL
CEROTTO A/ZANZ



7,90 € 9,90 €

ALONTAN NATURAL
2 BRACCIALETTI



4,50 € 5,30 €

DAL 6 MAGGIO AL 9 GIUGNO

**SAFORELLE CREMA LENITIVA
INTIMA**



12,90 € 14,90 €

**SAFORELLE MISS DET LEN
250 ml**



7,90 € 9,30 €

IGIENE ORALE

**GUM SUPERTIP 463
COMPACT M OFS**



2,90 € 3,50 €

**CHICCO TERMOMETRO
DIGIBABY**



6,50 € 8,99 €

**CHICCO NATURAL SENSATIONS
BAGNOSCHIUMA 500 ml**



5,90 € 10,99 €

**CHICCO BABY MOMENTS
QUADROTTI 60 pezzi**



2,90 € 4,29 €

VETERINARIA

**ALONTAN BABY 0+
INSETTIREPELLENTE**



8,90 € 10,90 €

LINEA ADVANTIX E SERESTO



**SCONTATO
-30%**

LINEA AMFLEE E ATAXXA



**SCONTATO
-30%**

MAGGIO

parole di salute

SERVIZI SANITARI

FarmaCity è sempre al tuo fianco



TI SERVE UNA CARROZZINA E NON SAI DOVE TROVARLA?

Vieni a scoprire il nuovo servizio di acquisto e noleggio di sanitari nelle farmacie FarmaCity. Si parte con la vendita e il noleggio di carrozzine e deambulatori ma il ventaglio di prodotti verrà presto implementato. Passa in farmacia per tenerti sempre aggiornato sulle novità!

CARROZZINA

Prezzo pubblico
all'acquisto **390,00 €**

Costo Noleggio
giornaliero **3,50 €**

Costo Noleggio
mensile **90,00 €**

Cauzione 100 €

Durata massima noleggio
3 mesi



FarmaCity ti tutela: nel caso il valore del noleggio raggiunga quello del bene noleggiato sarà segnalato al cliente che potrà convertire il noleggio in acquisto

DEAMBULATORE

Prezzo pubblico all'acquisto **85 €**

Costo Noleggio giornaliero **2,00 €**

Costo Noleggio mensile **50 €**

Cauzione 50 €

Durata massimanoleggio **3 mesi**



ROLLATOR

Prezzo pubblico all'acquisto **129 €**

Costo Noleggio giornaliero **2,00 €**

Costo Noleggio mensile **50 €**

Cauzione 50 €

Durata massima noleggio **3 mesi**



DEAMBULATORE SOTTOASCELLARE PIEGHEVOLE

Prezzo pubblico all'acquisto **199,90 €**

Costo Noleggio giornaliero **2,00 €**

Costo Noleggio mensile **50 €**

Cauzione 50 €

Durata massima noleggio **3 mesi**



MAGGIO

parole di
salute

Consiglio
Carta Salute

SERVIZI SANITARI DI MAGGIO

FarmaCity è sempre al tuo fianco

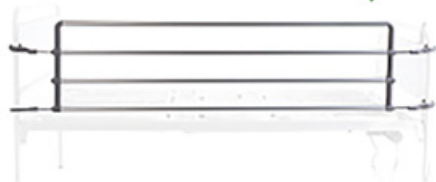


LETTO DEGENZA PIEGHEVOLE

Prezzo pubblico all'acquisto	350 €
Costo Noleggio giornaliero	2,00 €
Costo Noleggio mensile	55 €
Cauzione 100 €	
Durata massima noleggio 4 mesi	

COPPIA DI SPONDE RIBALTABILI IN ALLUMINIO ANODIZZATO

Prezzo pubblico all'acquisto	99 €
Costo Noleggio giornaliero	1,50 €
Costo Noleggio mensile	40 €
Cauzione 50 €	
Durata massima noleggio 4 mesi	



LEVITAS KIT A/DEC
PIUMA UP REG



69,90 €

LEVITAS KIT A/DEC
PIUMA UP ELEM



189,90 €

NOVITÀ DI MAGGIO!

SCOOTER MOBILITY 240 ARDEA



Regolazione dell'inclinazione dello sterzo



Regolazione dell'inclinazione dei braccioli



Sedile girevole, ribaltabile e regolabile in profondità



Specchietti retrovisori

VENDITA

Prezzo pubblico IVA 22% **3.390 €**

Prezzo pubblico IVA 4% **2.990 €**

(solo dietro presentazione di certificazione d'invalidità)

Il pagamento può essere rateizzato con RID bancario senza interessi

NOLEGGIO

Minimo 7 giorni

Costo Noleggio giornaliero **25 €**

Costo Noleggio mensile **500 €**

Possibilità di consegna a domicilio/albergo. Tariffa ingombranti 10 € mediante il servizio FarmaCity Express

Cauzione 500 €

SERVIZI DI TELEMEDICINA E AUTOANALISI



HOLTER PRESSORIO
REFERTO 24H

50 €

HOLTER PRESSORIO
24H URGENTE

55 €



ECG COLLEGAMENTO
CARDIOLOGIA

28 €



IN PROMOZIONE
PER I POSSESSORI
DI CARTA SALUTE!

25 €

ECG ENTRO
30 MINUTI

35 €



HOLTER CARDIACO
REFERTO 24H

70 €

HOLTER CARDIACO
REF. 24H URGENTE

90 €

HOLTER CARDIACO
REFERTO 48H

90 €



ANALISI GLICEMIA

3,90 €

PANNELLI LIPIDICO
(colesterolo totale, LDL,
HDL, trigliceridi)

19,50 €

ANALISI EMOGLOBINA
GLICATA

14,90 €

PERCHÈ
IN FARMACIA?

Semplici, rapidi, eseguiti
esattamente come in
ospedale



Disponibili tutto l'anno

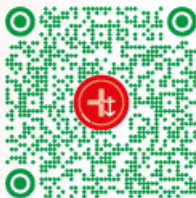


Referti in tempi brevi
e l'esito ritirato in farmacia

Disponibili presso...

**FarmaCity Centro, Marco Polo,
Torre del lago, Migliarina, Campo
d'Aviaizione, Stazione**

Pre prenotare...



Scannerizza il codice
QR per accedere
ai nostri servizi
di prenotazione
direttamente
sul nostro sito web!

ELETTROMEDICALI

del mese di Maggio

ELETTROMEDICALI

FARMACITY AEREOSOL



39,90 €

FARMACITY USB AEREOSOL



39,90 €

FARMACITY MISURATORE
PRESSIONE



49,90 €

FARMACITY TERMOMETRO
DIGITALE



4,90 €

ELETTROMEDICALI

COLPHARMA AIR 10 THERAP
C/DOC



59,90 €

COLPHARMA AIR 50 CARE
AEREOSOL



49,90 €

JB DR DOG AEREOSOL PED
CAGN ORA



49,90 €

11 REGOLE QUOTIDIANE

Per la salute  della schiena

1. *Camminare spesso per brevi tratti.*
2. *Usare le scale al posto dell'ascensore.*
3. *Evitare colpi di freddo.*
4. *Portare scarpe comode.*
5. *Bilanciare sulle braccia i piccoli pesi da trasportare.*
6. *Utilizzare preferibilmente sedie rigide con braccioli, appoggiando la schiena sulla spalliera.*
7. *Non rimanere seduti per lungo tempo. Se si è costretti a stare a lungo in piedi, cambiare spesso posizione.*
8. *Per raccogliere oggetti da terra, flettere le ginocchia prima di piegarsi in avanti.*
9. *Regolare il sedile dell'auto in modo da tenere gomiti e ginocchia semiflesse. Inclinare leggermente indietro lo schienale e posizionare la regione lombare della schiena ben in fondo.*
10. *In alto e sul divano usare un supporto lombare (cuscino o asciugamano arrotolato).*
11. *Usare materassi rigidi. In alternativa posizionare un asse di 2 centimetri di spessore sotto il materasso morbido.*

Per restare in salute e avere un corpo in perfetta forma, la schiena deve essere mantenuta in posizioni corrette mentre si è seduti o sdraiati. Fondamentale quindi la postura, ma comunque è buona abitudine non condurre una vita sedentaria, "far muovere" la colonna vertebrale. A qualunque età, ogni occasione per praticare attività fisica nella vita quotidiana va, quindi, colta con entusiasmo, nella consapevolezza che ci si sta facendo del bene su molti fronti e che si sta proteggendo la schiena da fastidiosi indolenzimenti e contratture, potenzialmente invalidanti. La sedentarietà infatti è spesso una delle cause di problemi alla schiena.

Il movimento non è soltanto utile alla prevenzione, ma anche un rimedio terapeutico. Serve ad alleviare il disturbo. Tant'è che, anche a chi soffre di lumbalgia acuta, gli ortopedici raccomandano di evitare il più possibile la fase di totale immobilità (riposo a letto) e di riprendere gradualmente a camminare e svolgere attività di vario tipo non appena il dolore inizia ad attenuarsi, anche grazie all'assunzione di farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS).

Oltre a camminare, salire e scendere le scale di casa a piedi e praticare uno o più sport, per

supportare il benessere della schiena, degli arti e allentare le eventuali tensioni si possono eseguire ogni giorno o a giorni alterni alcuni esercizi mirati a rinforzare i muscoli paravertebrali e addominali che sostengono la colonna, in particolare nella zona lombare, quella maggiormente sollecitata sia quando si è fermi in una qualunque posizione sia quando ci si muove. Un secondo tratto della colonna vertebrale che merita cura e attenzione è quello cervicale, spesso trascurato e molto poco allenato nella vita quotidiana.

Anche mantenere il peso forma può essere d'aiuto, tenendo d'occhio l'alimentazione, seguendo una dieta corretta, oltre naturalmente a fare sport e attività fisica.

L'unica controindicazione all'esercizio fisico "spontaneo" consiste nella presenza di alcuni disturbi, quali artrosi significative, ernie discali o radicolopatie: in questi casi, le posture e le attività compatibili con il disturbo presente devono essere suggerite da un ortopedico e gli eventuali esercizi da effettuare indicati e supportati da un fisioterapista.



VIVI A CORPO LIBERO



MAL DI
SCHIENA



DOLORI
ARTICOLARI



DOLORI
MUSCOLARI



STRAPPI
E STIRAMENTI



DISTORSIONI



Con **Lasonil** puoi trovare sollievo dal dolore
e non rinunciare ai tuoi momenti più belli.

LASONIL
ESPERTO CONTRO IL DOLORE.

È un medicinale a base di naprosene sodico, che può avere effetti indesiderati anche gravi.
È un medicinale a base di ibuprofene sale di lisina, che può avere effetti indesiderati anche gravi.
Leggere attentamente il foglio illustrativo. Autorizzazione del CH-20221114-83 - 30/12/2022.

Multicentrum

A FIANCO
DELLE DONNE
IN PIÙ FASI
DELLA VITA



HALEON
SUPPORTA*
FONDAZIONE ONDA
ED IL PROGETTO
**UN SORRISO
PER LE MAMME**
PER SOSTENERE
LE DONNE
E TUTTE
LE MAMME.

**FONDAZIONE
onda**
OSERVATORIO NAZIONALE ALLA SALUTE
DELLA DONNA E DI GENITE



**SCOPRI
DI PIÙ**

[www.multicentrum.it/
insiemeallemamme/
nonsola](http://www.multicentrum.it/insiemeallemamme/nonsola)



Le farmacie comunali della tua città.

● **FarmaCity Centro**

Direttore: Dr.ssa Carla Giannessi
via Mazzini, 14 - 55049 Viareggio (LU)
tel. +39 0584 38 11 110 fax. +39 0584 42 66 37
farmacitycentro@icareviareggio.it
Aperta 365 giorni 24 ore

● **FarmaCity Marco Polo**

Direttore: Dr.ssa Elena Soave
via Marco Polo, 31 - 55049 Viareggio (LU)
tel. +39 0584 38 11 120 fax. +39 0584 40 75 22
farmacitymarcopolo@icareviareggio.it
Orario - LUN./SAB. 8.30-13.00 / 15.30-20.00

● **FarmaCity Torre del Lago**

Direttore: Dr.ssa Chiara Gallo
viale Marconi, 242 - 55049 Torre del Lago (LU)
tel. +39 0584 38 11 130 fax. +39 0584 35 20 35
farmacitytorredellago@icareviareggio.it
Orario - 8.30-13.00 / 15.30-20.00

● **FarmaCity Darsena**

via Coppino, 205 - 55049 Viareggio (LU)
tel. +39 0584 38 11 140 fax. +39 0584 38 50 56
farmacitydarsena@icareviareggio.it
Orario - 8.30-12.30 / 15.30-19.30

● **FarmaCity Migliarina**

Direttore: Dr.ssa Claudia Bertolini
via Monte Cavallo, 8-10 - 55049 Viareggio (LU)
tel. +39 0584 38 11 150 fax. +39 0584 94 50 62
farmacitymigliarina@icareviareggio.it
Orario - LUN./VEN. 8.00-20.00
SAB. 8.30-13.00 / 15.30-20.00

● **FarmaCity Campo d'Aviazione**

Direttore: Dr.ssa Stefania Stefanini
via F. Filzi, 122/124 - 55049 Viareggio (LU)
tel. +39 0584 38 11 160 fax. +39 0584 38 50 49
farmacitycampodaviazione@icareviareggio.it
Orario - 8.30-13.00 / 15.30-20.00

● **FarmaCity Parafarmacia c/o COOP**

via Santa Maria Goretti snc
55049 Viareggio (LU)
tel. +39 0584 38 11 190 fax. +39 0584 40 89 13
parafarmacia@icareviareggio.it
Orario - 9.00-13.00 / 15.30-19.30

● **FarmaCity Stazione**

Direttore: Dott.ssa Patrizi Maria Paola
piazza Dante Alighieri snc - 55049 Viareggio (LU)
tel. +39 0584 38 11 100
farmacitystazione@icareviareggio.it
Orario - 6.50-20.00 / 7 giorni su 7

microlife®

Un partner per la gente. Per la vita.

17 Maggio
Giornata Mondiale
contro
l'IPERTENSIONE

LO SCREENING
È DISPONIBILE
PER TUTTO
IL MESE DI
MAGGIO 2024

Misura la
PRESSIONE ARTERIOSA
e rileva la
FIBRILLAZIONE ATRIALE
per prevenire l'ICTUS
e le malattie
Cardiovascolari



Per maggiori informazioni
fare riferimento al sito
www.microlife.it

QUI **Controlliamo gratuitamente**
la **PRESSIONE** e la **FIBRILLAZIONE ATRIALE**
con Microlife AFIB