SISTEMI DI GESTIONE CERTIFICATI
CERTIQUALITY
UNI EN ISO 9001:2015
UNI EN ISO 14001:2015
UNI ISO 45001:2018

EMAS
Reg. IT
n. IT-002009

AZIENDA MULTISERVIZI ANDORA

AZIENDA MULTISERVIZI ANDORA

COMUNE DI ANDORA

EMAS, CLIMA E SALUTE

Farmacia Val Merula – Andora | Ambiente, prevenzione e comunità

«Rispettare l'ambiente significa proteggere la salute. Anche una semplice farmacia può fare la differenza.

«Ambiente e salute: un'unica Ricetta»

La lezione di Ippocrate
«Non posso guarire il mondo, ma posso prendermene cura»

un pensiero che richiama la visione di Ippocrate, che già nell'antichità riconosceva il legame tra la salute delle persone e l'aria, l'acqua e i luoghi in cui vivono. Prendersi cura dell'ambiente significa allora prendersi cura della vita: attraverso l'informazione, la prevenzione e l'attenzione ai più fragili, la farmacia può trasformare questo principio antico in un impegno concreto per la comunità.

Il nostro progetto

La Farmacia Comunale Val Merula è compresa nel campo di applicazione della Registrazione EMAS di AMA – Azienda Multiservizi Andora. Per questo ha scelto di collegare l'attenzione per l'ambiente alla prevenzione dei disagi che il caldo intenso può provocare, soprattutto ad anziani, bambini e persone fragili.

La farmacia individua azioni concrete per affrontare gli effetti del cambiamento climatico e si impegna a condividerle con la popolazione, evidenziando la stretta relazione tra ambiente e salute.

Dalle domande dei cittadini ai consigli utili

Nell'estate 2026 il personale ha osservato un aumento delle richieste legate a caldo e umidità: consulenze sulla disidratazione, misurazioni della pressione, domande su protezione solare, punture di insetti e disturbi estivi. La farmacia ha distribuito materiale informativo e offre un punto di riferimento per consigli sui farmaci e per l'orientamento ai servizi sanitari.

Il nostro impegno per la Comunità

Informare in modo semplice, prestare attenzione alle persone più vulnerabili, valorizzare il verde urbano, promuovere l'uso responsabile dei medicinali e il corretto conferimento di quelli scaduti, sono piccoli gesti che, insieme, aiutano a proteggere la salute e l'ambiente

SISTEMI DI GESTIONE CERTIFICATI
CERTIQUALITY
UNI EN ISO 9001:2015
UNI EN ISO 14001:2015
UNI ISO 45001:2018

EMAS
Reg. IT
n. IT-002009

AZIENDA MULTISERVIZI ANDORA

AZIENDA MULTISERVIZI ANDORA

COMUNE DI ANDORA

EMAS, CLIMA E SALUTE

SETTE REGOLE PER AFFRONTARE IL CALDO

Consigli della Farmacia Val Merula per un'estate più sicura

1. Bevi con regolarità

Assumi acqua durante la giornata, anche prima di avere molta sete. Se hai restrizioni ai liquidi, segui le indicazioni del medico. Quando sei molto accaldato, bevi a piccoli sorsi: l'acqua fresca va bene, senza bisogno che sia ghiacciata.

2. Evita il sole nelle ore più calde

In spiaggia limita l'esposizione diretta, indicativamente dalle 11 alle 16. Usa cappello, protezione solare e cerca l'ombra, soprattutto per bambini e anziani.

3. Scegli il verde e i luoghi freschi

Preferisci parchi, giardini alberati e zone ombreggiate. Gli alberi aiutano a mitigare il calore: rispettare e proteggere le aree verdi significa tutelare anche la salute.

4. Rinfresca gli ambiente con attenzione

Usa l'aria condizionata per mantenere una temperatura confortevole, evitando gettiti diretti e sbalzi eccessivi. Pulisci regolarmente i filtri; arieggia nelle ore più fresche.

5. Mangia leggero, soprattutto la sera

Scegli pasti equilibrati con frutta e verdura di stagione. Evita cene troppo abbondanti e troppo vicine all'ora di coricarti; una digestione più leggera può favorire il riposo. Non saltare i pasti.

6. Conserva correttamente i farmaci

Segui le istruzioni sulla confezione e non lasciare i medicinali in auto o al sole. Non sospendere né modificare da solo le terapie: chiedi al farmacista o al medico.

7. Riconosci i segnali di allarme

In caso di capogiri, debolezza, nausea o crampi, cerca assistenza sanitaria. Confusione, svenimento o sospetto colpo di calore richiedono aiuto urgente: chiama il 112.

Un gesto in più per l'ambiente

Non gettare i medicinali scaduti negli scarichi o nei rifiuti indifferenziati , conferiscili negli appositi contenitori secondo le indicazioni locali. Chiedi al personale della farmacia informazioni e il vademecum.

«Ambiente e salute: un'unica ricetta»

Iniziativa informativa della Farmacia Val Merula nell'ambito del sistema EMAS di AMA. Le indicazioni sono generali e non sostituiscono il parere del medico