

FIGYELJEN EGÉSZSÉGÉRE!

Lépjen, hogy könnyebben menjen a mozgás!

A mai, egyre nagyobb tempót követelő, rohanó világ követelményei egészséges keringéssel rendelkező szervezetet igényelnek. Alsó végtagjaink használata feladataink ellátásához tulajdonképpen nélkülözhetetlen. A stressz és a káros életmód – például a cigarettázás és a zsíros ételek fogyasztása – romboló hatását már csak akkor vesszük észre, amikor a mindennapi életünkben akadályt képeznek a vérellátási zavar okozása révén. Ez a súlyos betegség nem más, mint az érszűkület.

Az érszűkület tünetei, kiváltó okai:

Eleinte zsibadnak a végtagjaink, majd sétálás közben hirtelen görcsök, fájdalmak jelentkeznek a láb, vádli, a comb tájékán, esetleg fartáján. Egyre kisebb távot tudunk megtenni, hamar elfáradunk. Többnyire csak lassan jutunk el arra a pontra, hogy el kell kezdeni foglalkozni állapotunkkal.

A súlyos betegséget kiválthatja a magas vérnyomás és koleszterinszint, a dohányzás, a cukorbetegség, valamint az örökletes tényező. Emellett az állati zsírban dús ételek fogyasztása, a túlsúly, a mozgásszegény életmód és a stressz is jelentős szerepet játszik a kialakulásában.



A fő kezelés talpon át történik, de az egész szervezetre kihat.

Jelentkezzen és

vizsgáltassa meg magát ingyen

az **április 22-én** vagy **29-én**
tartandó szűrésen!

Rendelőnk címe: Sopron, Patak u. 11.

A kúrát igénylőknek az alapárból
30.000 Ft kedvezményt adunk, sőt,
a kupon felmutatásával
további 10.000 Ft kedvezmény jár!

JELENTKEZÉS, INFORMÁCIÓ:

www.medhungary.com,
06-72/551-714, 06-20/541-1466,
06-70/620-4121, 06-30/336-9525

Nashwan-Parasound Kezelőcentrum®
-10.000 Ft
Érvényes: 2018. 04. 30-ig.

CSODATÉVŐ HELYEK
Magyarországon
Magyarországon

EGYÜTT CSAK 260 Ft/db

Keresse a Kisalföld április 16-i, hétfői áruspéldányaiban!*

IZÉLTŐ A TARTALOMBÓL: • Éltre kelő energiák a nagyvilágban • Az átányi kőkoporsó kódos legendája • A hercegántói kegyhely forrásveze • Mindennapi energizáló rituálék • Tóth Gabi spirituális oldala és Tóth Vera fogyásának titka

*Az A4-es méretű, színes kiadvány kizárólag a Kisalföld április 16-i, hétfői áruspéldányaiban jelenik meg.
A magazin a Kisalfölddel együtt 260 Ft/db áron vásárolható meg április 16-án az újságárusoknál, és ugyanott április 18-ig, vagy a készlet erejéig kapható.

KISALFÖLD
A CSALÁD NAPLÓJA

Telekom Vivicitá
GYŐR 2018

2018. ÁPRILIS 22.,
DUNAKAPU TÉR

• 2.6 KM

facebook.com/vivicitafutas, www.futanet.hu

SZERESD A VÁROST ÉS CSATLAKOZZ A TELEKOM VIVICITTÁHOZ!



Nemzeti Adó- és Vámhivatal SAJTÓKÖZLEMÉNY

MÓDOSÍTÁS ÉS ÖNELLENŐRZÉS A NETES KITÖLTŐVEL

Legkényelmesebben a netes kitöltővel módosítható a Nemzeti Adó- és Vámhivatal (NAV) által elkészített szja-bevallási tervezet, sőt a tavalyi bevallás önellenőrzése is ezen a felületen a leggyorsabb.

Az áfa fizetésére kötelezettek és az őstermelők bevallási tervezetüket a legegyszerűbben az e-SZJA felületen egészíthetik ki és módosíthatják, ezen lépések nélkül az ő tervezetük nem válik automatikusan bevallássá május 22-én. A többi adózónak nincs teendője, ha a tervezet számaival egyetért.

Ha a tervezetben visszaigényelhető adó szerepel, a

kiutalásához mindenképpen meg kell adni bankszámlaszámot vagy postacímet, attól függően, hogy az egyén miként szeretné megkapni az összeget.

Az ügyfélkapusok az új LEKÉR funkcióval az e-SZJA portálon letölthetik a tavaly benyújtott 16SZJA, valamint az idén benyújtott 17SZJA bevallást, megkönnyítve ezzel a személyijövedelemadó-bevallás javítását és az esetleges önellenőrzését.

Érdemes minél előbb ügyfélkaput nyitni, mert így azonnal elérhetővé válik az szja-bevallási tervezet és a módosítás néhány gombnyomással kényelmesen, otthonról is elintézhető. (x)