



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

Snýr við beinþynningu með hjálp OsteoStrong



Kerstin Andersson segir að OsteoStrong hafi hjálpað sér mjög mikið við að snúa við beinþynningu og viðhalda styrk.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Kerstin Andersson fékk sjálfsofnæmissjúkdóm og þurfti að fara í sterameðferð sem olli beinþynningu, en henni hefur tekist að snúa henni við með hjálp OsteoStrong. **2**

POWERFUL NUTRITION
FROM PLANTS

ALOE VERA

HREINN SAFI



30
DAGA
SKAMMTUR

www.celsus.is

POWERFUL NUTRITION
FROM PLANTS

AUKAKÍLÓIN BURT



www.celsus.is

„Ég er frá Svíþjóð en hef búið á Íslandi í 32 ár. Ég vann sem kennari í Waldorfskólanum í Lækjarbotnum í 22 ár. Ég er enn í aðdáendaklúbbnum og nú er ég amma með tvö barnabörn þar og önnur dóttir mín er að kenna þar,“ segir Kerstin. „Þetta er svo spennandi uppeldisstarf, svo skapandi. Þar gengur öll manneskjan í skóla. Þar er reynt að næra alla manneskjuna; hug, hjarta og hönd. Það eru einkennisorð Waldorfskóla um allan heim og þrífast þeir í mjög ólíkum samfélögum og öllum heimshlutum, en nálgunin er einmitt svo sammannleg.“

Streymandi nudd

„Ég er í Mannspekifélaginu. Það er eiginlega svipuð þelling: nærandi fyrir manneskjuna sem heild. Ég hef alltaf haft mikinn áhuga á heilsu og í mannspekinni er læknisfræði sem er viðbót við hefðbundna læknisfræði, antihroposophical medicine,“ segir Kerstin. „Mér finnst alltaf svo spennandi þegar manneskjan er skoðuð sem heild en ekki bara kannski stök einkenni. Sjálf hef ég lært Pressel-nudd en margir vilja frekar kalla það streymandi nudd því það hefur það að aðalmarkmiði að örva flæði í líkamanum,“ útskýrir Kerstin. „Þannig losnar um alls konar stiflur og manneskjan getur náð betri heilsu eða/og liðan því allt kerfið vinnur betur saman.“

Hamlandi sjálfsöfnæmissjúkdómur

„Þegar ég varð fimmtug fékk ég sjálfsöfnæmissjúkdóm. Ég þurfti í framhaldi af því að vera í stera meðferð í níu ár. Sterarnir gerðu það að verkum að ég fékk beinþynningu,“ segir Kerstin. „Ég las auglýsingu frá OsteoStrong, þá fyrstu sem kom frá þeim, og fór fljótlega í prufutíma. Mér fannst svo áhugavert það sem þar var gert en ég var ekki nógu ákveðin,“ segir Kerstin. „Þá vissi ég ekki af því að ég væri komin með beinþynningu.“

OsteoStrong af alvöru

„Þegar ég var svo greind með beinþynningu seinna á því ári þá vissi ég alveg hvað ég vildi gera,“ segir Kerstin. „Beinþynningin var mikil. Ég var komin með beinþynningu í hrygg og beingisun í útlimum. Það hræddi mig. Ég elska að hreyfa mig, elska að labba, hlaupa, hjóla og synda,“ segir Kerstin. „Ég gat ekki hugsað til þess að vera minna frjáls í eigin líkama og þess vegna vildi ég prófa OsteoStrong, þannig byrjaði ég af alvöru.“

Laus við beinþynningu

„Ég var mjög dugleg og mætti mjög reglulega alveg fram í apríl á þessu ári, eða í um það bil eitt og hálft ár,“ segir Kerstin. „Svo fór ég í ferð til Svíþjóðar og þegar ég kom heim var ég önnur kafin í vinnunni og náði ekki að koma inn þessum vikulegu heimsóknum í OsteoStrong fyrr en seinna um sumarið. Í byrjun júní fékk ég svo loksins að fara aftur í beinþéttimælingu. Geislafræðingurinn sem sá um mælinguna sagði: „Vá, hvað þetta er hröð bæting hjá þér.“ Ég mældist bara miklu, miklu betri!“ segir Kerstin brosandi. „Þá var ég ekki lengur með beingisun í útlimum, þeir voru bara eðlilegir og hryggurinn hafði styrkst það mikið að nú mældist hann bara með beingisun. Þetta var alger sigur fyrir mig. Nú held ég bara áfram og klára þessa gisun í bakinu líka.“

Gleymdi að taka lyfin

„Ég var sett á lyf við beinþynningu



Kerstin hafði prófað OsteoStrong áður en hún greindist með beinþynningu og þegar hún fékk greininguna vissi hún strax að hún vildi leita aftur þangað. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



Kerstin er ekki lengur með beingisun í útlimum og hryggurinn hefur styrkst mjög mikið. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



Ástundun hjá OsteoStrong tekur einungis 20 mínútur einu sinni í viku. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Beinþynningin var mikil. Ég var komin með beinþynningu í hrygg og beingisun í útlimum.

þegar ég greindist en þau á að taka einu sinni í viku og á morgnana á fastandi maga og svo ekki borða neitt í 30 mínútur á eftir, ég gleymi bara oft að taka þau og það liða oft 2–3 vikur á milli,“ útskýrir Kerstin.

Óvænt sprenging ferðamanna

„Ég vann í ferðabransanum og þar var mikið álag í sumar þannig að ég fækkaði heimsóknum í OsteoStrong. Fámennt var í flestum ferðafyrirtækjum og mun fleiri ferðamenn eða hraðari aukning en búist var við. Þegar ég var í burtu frá OsteoStrong í sumar fann ég að ég saknaði þess, orkunnar og styrksins. Þessa dagana geng ég, syndi og passa að mæta vikulega í OsteoStrong. Ég ætla ekki að sleppa því núna – þó það sé mikið að gera í vinnunni,“ segir Kerstin og hlær.

Þakklát fyrir sterk bein

„Ég þakka OsteoStrong fyrir það að ég sé orðin svona góð í beinunum. Ég hef fundið að ég hef náð að halda mér svo sterkri. Ég verð 60

ára á þessu ári og með hækkandi aldri finn ég hvað vöðvar rýrna hratt og auðveldlega. Það þarf alveg að hafa fyrir því að halda í styrkinn. Það er ekki lengur nóg að bara ganga eða synda,“ segir Kerstin. „En ég hef fundið bæði jafnvægi, orku og styrk bætast verulega þegar ég stunda OsteoStrong reglulega. Ástundun hjá OsteoStrong tekur einungis 20 mínútur einu sinni í viku og henni næ ég að sinna án þess að ganga á tímann sem ég vil eyða í allt annað.“

Að næra alla manneskjuna

„Ég hef mikið yndi af því að vera úti í náttúrunni. Ég rækta smá grænmeti, til dæmis grænkál. Uppskeran var fin í grænmetinu í sumar en berin svolítið sein. Núna eru hins vegar hindberin og jarðarberin að skila sér. Það er mjög vinsælt hjá barnabörnunum,“ segir Kerstin. „Þessa dagana, þegar haustið er að hellast yfir okkur, þá finnst mér mikilvægt að huga að því að vera mikið úti, fá ferskt loft,

Flestir geta nýtt sér það sem OsteoStrong býður upp á óháð aldri

Meðlimir geta átt von á að:

- Auka styrk
- Minnka verki í baki og liðamótum
- Minnka líkur á álagsmeiðslum
- Bæta líkamsstöðu
- Auka jafnvægi
- Lækka langtíma blóðsykur
- Auka beinþéttni

nóg af dagsbirtu og huga að því hvernig ég nær mig. Það skiptir ekki minna máli að huga að næringu hugans. Til dæmis hlakka ég mikið til að sjá Víking Heiðar á tónleikum og fara með barnabörnunum á Kardimommubæinn.“

Frír prufutími

OsteoStrong býður upp á fría prufutíma á fimmtudögum og föstudögum. Þá má bóka á osteostrong.is og í síma 419 9200. OsteoStrong er í Hátúni 12, sunnan megin. ■



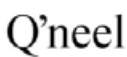
ZHENZI kjóll
Stærðir 42-56
Verð kr. 12.990

ZHENZI kjóll
Stærðir 42-52
Verð kr. 12.990

ZHENZI kjóll
Stærðir 42-56
Verð kr. 10.990

ZHENZI tunika
Stærðir 42-56
Verð kr. 9.990

ZHENZI tunika
Stærðir 42-56
Verð kr. 10.990



Q'NEEL kjóll
Stærðir 38-52
Verð kr. 23.980



NO SECRET kjóll
Fæst líka í gulu
Stærðir 42-56
Verð kr. 12.980



NO SECRET kjóll
Fæst líka í gráu
Stærðir 42-56
Verð kr. 13.980



NO SECRET bolur
Fæst líka í gráu
Stærðir 42-56
Verð kr. 8.980



NO SECRET peysukjóll
Stærðir 42-56 - Verð kr. 13.980
NO SECRET kápa Fæst líka í svörtu
Stærðir 42-56 - Verð kr. 20.980



LASESSOR Alpahúfa
Fæst í fleiri litum
Verð kr. 5.990



ZE-ZE skyrtukjóll
Stærðir 38-48
Verð kr. 11.990



ZHENZI peysa
Fæst í fleiri litum
Stærðir 42-56
Verð kr. 5.990



ZE-ZE kragabólur
Fæst í nokkrum litum
Stærðir 38-48
Verð kr. 5.990



LASESSOR Silklútur
Margir litir og mynstur
Verð kr. 6.990

Hannaði armbönd til minningar um dóttur sína



Sjöfn Þórðardóttir sjöfn @frettabladid.is

Rosella Mosty skartgripa-hönnuður stóð fyrir glæsilegri skartgripasýningu á Ljósanótt í Keflavík á dögunum. Sýningin var í húskynnum Park Inn Radison hótelsins og var eftir henni tekið.

Í skarti Rosellu má finna ýmiss konar tákni og form og hægt er að leika sér með samsetningar á hálsmenunum og fylgihlutum á skemmtilegan og frumlegan hátt. Rosella er fædd og uppalin í Reykjavík en fluttist til Boston árið 1995 og hefur búið þar síðan, eða í 26 ár. Hún er gift Ágústi Felix Gunnarssyni og eiga þau þrjár dætur og tvö barnabörn og una hag sínum vel á austurströnd Bandaríkjanna.

Hannaði sín eigin armbönd

Áhugamál hennar eru skartgripir, hönnun og allt sem því tengist og nýtur Rosella sín best þegar hún er að hanna. „Þetta ævintýri mitt hófst árið 2016 þar sem ég átti alltaf erfitt með að finna armbönd sem pössuðu mér þar sem ég er með granna úlnliði. Ég ákvað því að hanna og búa til mín eigin armbönd. Í fyrstu var þetta eingöngu ætlað fyrir sjálfa mig en þetta spurðist fljótlega út og áður en ég vissi var ég farin að taka við pöntunum frá ættingjum og vinum. Þetta vatt fljótlega upp á sig og ég fór að færa út kviarnar og byrjaði að hanna hálsmen til viðbótar við armböndin. Í fyrstu vann ég nær eingöngu með leður, bæði í armböndum og hálsmenum, og fór til Spánar og heimsótti leðurverksmiðjur. Spánverjar eru þekktir fyrir mikil gæði í leðri. Þar valdi ég leður fyrir hönnunina en einnig fann ég mjög flott leður í Hollandi.“

Uppáhaldshönnunin armbönd í anda dótturinnar

Fjölskylda Rosellu tekur fullan þátt í að aðstoða hana þegar ný hálsmen eða armbönd verða til. „Dætur mínar, þær Aníta Mist og Tanya Líf, sem eru 20 og 17 ára, gefa mér sitt álit, þær fylgjast mikið með tiskunni og öllu því sem henni viðkemur og vita hvað gengur fyrir þeirra aldurshóp. Maðurinn minn segir líka sitt álit, og ég tek fullt mark á þeim. Litlu ömmustrákarnir mínir, sem eru 5 og 7 ára gamlir, sýna þessu líka mikinn áhuga og vilja oft fá að máta skartið. Ég bjó því til armbönd handa þeim sem hafa verið mikið notuð.“



Rosella Mosty hannar ýmsa fallega skartgripa en hún er búsett í Bandaríkjunum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Hluti af skartgripunum sem sýndir voru á sýningu í Keflavík á dögunum.



Rosella tengir hönnun sína líka við minningar og fær innblástur við hönnunina út frá minningunum. „Ein af mínum uppáhalds eru Ester Evu-armböndin, en þau hannaði ég eftir að dóttir mín lést úr krabbameini árið 2017, einungis 28 ára gömul. Ég gerði þau til minningar um hana því ég vissi að þessi armbönd voru alveg í hennar anda, enda sérstök og falleg eins og Ester Eva var.“

Heilluð af krossum

Þegar kemur að formum og táknum í skartinu þá er eitt sem heillar Rosellu meira en annað. „Af einhverjum ástæðum hef ég alltaf heillast mikið af krossum í hinum ýmsum útfærslum og nota mikið af krossum í hönnun minni. Ég er með mjög fjölbreytta línu og legg áherslu á fallegt og sérstakt skart fyrir konur á öllum aldri. Mér finnst gaman að fara óhefðbundn-



Falleg hálsmen eftir Rosellu.



Hálsmenin hanga á trédrumbum. Þau eru fingerð og falleg.

ar leiðir þegar kemur að hönnun og er alveg óhrædd við að blanda saman hinum ýmsu efnum, litum og gerðum í minni vörubrönn.

Hugmyndir að nýrri hönnun geta komið á hinum ólíklegustu tímum og oft koma þær þegar ég er að fara að sofa og þá er ég að setja hitt og þetta saman í huganum. Ég prófa það svo næsta dag og stundum gengur það eftir en ekki alltaf og þá verður til eitthvað allt annað á vinnuborðinu sem er svo gaman.“

Egetal í Ástralíu í uppáhaldi

Einnig á Rosella sína uppáhaldshönnuði og fylgist vel sem er að gerast í hönnunarheiminum. „Mínir uppáhaldsskartgripa-hönnuðir þessa dagana eru meðal annars Egetal í Ástralíu, breska fyrirtækið Midnight City sem framleiðir skart fyrir karlmenn. Einnig kemur Kristin Cavallari sterk inn ásamt Cinnamon Lee. Ég hef svo gaman af að fylgjast með því sem er að gerast hjá þessum hönnuðum og það gefur lífinu lit að skoða fallega hönnun.“

Rosella hefur opnað vefsíðu þar sem hægt er að fylgjast með hönnun hennar og panta skartið sem er mikil bylting. „Vefsíðan mín, rosellamosty.com, fór í loftið þann 7. febrúar 2020 og breytti það miklu því nú er hægt að panta beint af síðunni og ég get afgreitt pantanir út um allan heim. Ég hef fengið frábærar viðtökur bæði hér á Íslandi og í Bandaríkjunum en draumurinn er svo auðvitað að komast með skartið mitt inn í fleiri verslanir í Bandaríkjunum,“ segir Rosella að lokum eftir ánægjulega Íslandsdöl. ■

Hægt er að fylgjast með nýjustu hönnun og skartgripalínunum Rosellu á Instagram-reikningnum @Rosellamostyjewelry.

Kröftug & náttúruleg andoxunarbomba

Íslensk og járnrík krækiber & rauðrófuduft

Sannkölluð ofurfæða fyrir veturinn

ICEHERBS NATURAL SUPPLEMENTS

Nýtt

Fæst í næsta apóteki, heilsuvörverslun og flestum stórvörumörkuðum.

Íslensk krækiber & rauðrófuduft
Járnrik ofurfæða
60 HYLKI | FÆÐUBÓTAREFNI



BIOThERM
#LIVEBYBLUEBEAUTY



HEFUR UNNID AD BETRI
FRAMTÍÐ FYRIR HAFIÐ
SÍÐAN 2012

Meira af
endurnýjanlegum Biotec
innihaldsefnum

Fleiri formúlur sem taka
fullt tillit til sjávar

Fleiri sjálfbærar
lausnir

Eru í mörkbattu
samtíðis um
verndun sjávar

STERKARA VARNARKERFI, UNGLEGRI HÚÐ.
VIÐGERÐ OG ENDURNÝJUN HÚÐAR HEFST VIÐ FYRSTU NOTKUN.
HÚÐIN VERÐUR SLÉTTARI, MÝKRI OG RAKAFYLLT.

+50% STERKARA VARNARKERFI¹, +13% MEIRI TEYGJANLEIKI²

Próaðasta kremið fyrir varnarkerfi húðarinnar. Hrein og náttúruleg BLUE BIOTECH
formúla, með BIO-CERAMIDES³ sem byggja upp varnarkerfi húðarinnar og
LIFE PLANKTON™ góðgerlum sem styrkja, örva, endurnýja og róa húðina.
Húðin nær jafnvægi, verður sterkari, sléttari og heilbrigðari. Raunveruleg BLÁ LOFORD:
94% náttúruleg og 90% niðurbrotanleg formúla⁴, tekur tillit til sjávarlífs.

1. 100% náttúruleg og 90% niðurbrotanleg formúla. 2. 100% náttúruleg og 90% niðurbrotanleg formúla. 3. 100% náttúruleg og 90% niðurbrotanleg formúla. 4. 100% náttúruleg og 90% niðurbrotanleg formúla.

BIOThERM KYNNING

Í LYFJUM & HEILSU KRINGLUNNI OG GLERÁRTORGI
FIMMTUDAG TIL SUNNUDAGS 16. - 19. SEPTEMBER



AQUASOURCE GEL 20 ML, AQUASOURCE NIGHT SPA 20 ML,
LIFE PLANKTON ELIXIR 7 ML, LAIT CORPOREL BODY LOTIN 40 ML,
OG BIOThERM SNYRTIBUDDA.

KAUPAUKINN ÞINN

AQUASOURCE
EÐA
BLUE THERAPY

ÞEGAR KEYPTAR ERU BIOThERM
VÖRUR FYRIR 8.900 KR EÐA MEIRA
Á MEÐAN BIRGÐIR ENDAST



RED ALGAE UPLIFT KREM 15 ML, BLUE THERAPY NÆTURKREM 15 ML,
LIFE PLANKTON ELIXIR 7 ML, LAIT CORPOREL BODY LOTION 40 ML,
OG BIOThERM SNYRTIBUDDA

BIOThERM **20%** AFSLÁTTUR

 Lyf & heilsa

Rokkuð rómantík Kristen Stewart

Kristen Stewart er án efa þekktust fyrir leik sinn í Twilight-kvikmyndaseríunni, sem byggð er á samnefndri bókaseríu Stephanie Meyer. Í kvikmyndunum lék hún hina feimnu og hógværu Bellu Swan á móti hjartaknúsanum Robert Pattison sem túlkaði hina ljómandi vampíru, Edward Cullen.

johannamaria@frettabladid.is

Mikið vatn hefur runnið til sjávar síðan þá enda hefur Stewart komið fram og leikið aðalhlutverk í fjölda kvikmynda síðan síðasta Twilight-kvikmyndin kom út 2012.

Árið 2019 kom Kristen fram sem leikkonan Jean Seberg í kvikmyndinni Seberg. Þótt kvikmyndin hafi fengið misgöða dóma voru gagnrýnendur flestir sammála um að Stewart hafi sýnt meistarataka í hlutverkinu. Þá kom fram í apríl síðastliðnum að Kristen Stewart myndi leika ásamt Léa Seydoux og Viggo Mortensen í vísindatryllinum Crimes of the Future úr smíðju David Cronenberg.

Rokk og rómantík

Stewart hefur víða vakið mikla athygli fyrir einstaklega smart og oft rokkaralegan stíl og virðist upp á síðkastið hafa tekið upp rómantískari hliðar. Rokkið er þó sjaldan langt undan eins og sést á myndunum.

Talsmaður LGBT+

Stewart býr í Los Angeles og árið 2017 kom hún út úr skápnum sem

tvíkynhneigð. Um kynhneigð sagði hún, eins og frægt er orðið: „Tvíkynhneigðir eru ekki ringlaðir. Það er ekkert ruglingslegt við það. Fyrir mér er það algerlega skýrt.“ Þá hefur hún sagt að sér hafi verið ráðlagt að ræða ekki eða sýna kynhneigð sína opinberlega, þar sem það gæti haft áhrif á val hennar í hlutverk. Um það segir hún að hún hafi ekki áhuga á að vinna með fólki sem lætur það fara fyrir brjóstið á sér. ■



Hér er Stewart á frumsýningu Charlie's Angels í nóvember 2019 í rokkuðu diskódressi.



Þetta magnaða eyeliner-augnablik átti Stewart við frumsýningu Seberg í september 2019 á Spáni.



Kristen klæddist þessu rómantiska dressi, þó með rokkabillýivafi, á Met-galakvöldinu þann 13. september síðastliðinn. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Kristen var rómantísk á frumsýningu í Fényjum í september. Dressið minnir á Lisu í Undralandi með myrkum undirtón.

Ný haustlína frá

GERRY WEBER

TAIFUN

Fylgdu okkur á Facebook

TRAUST Í 80 ÁR

Skoðið laxdal.is

Skipholti 29b • Sími 551 4422 • www.laxdal.is

TIL LEIGU GRANDINN



163m² Atvinnuhúsnæði á jarðhæð með
stórri innkeyrsluhurð. Næg bílastæði.
Laust 1. okt.

EYJARSLÓÐ 3

Upplýsingar gefur Ólafur í síma 892 5064

Greiðsluáskorun

Innheimtumenn ríkissjóðs skora hér með á gjaldendur eftirtalinna gjalda að gera skil nú þegar
eða í síðasta lagi innan 15 daga frá dagsetningu áskorunar þessarar:

Gjöldin eru: Staðgreiðsla tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds sem fallið hefur í eindaga til og með 15. september 2021, virðis-
aukaskattur sem fallið hefur í eindaga til og með 6. september 2021 og önnur gjaldfallin álögð gjöld og ógreiddar hækkanir er fallið
hafa í eindaga til og með 15. september 2021, á staðgreiðslu tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds, virðisaukaskatti, virðisauka-
skatti í tolli, vanskilum launagreiðenda á gjöldum í og utan staðgreiðslu, fjármagnstekjuskatti á skilaskylda aðila, áfengisgjaldi,
bifreiðagjaldi, úrvinnslugjaldi, olúgjaldi, kílómetragjaldi, gistináttaskatti, fjársýsluskatti, vinnueftirlitsgjaldi, vörugjaldi af innlendra
framleiðslu, vörugjaldi af ökutækjum, eftirlitsgjöldum, árgjöldum, aðflutningsgjöldum, skilagjaldi á umbúðir, fasteignagjöldum,
skipulagsgjaldi, skipagjöldum, jarðarafgjaldi, sektum skattrannsóknarstjóra, ofgreiddri uppbót á eftirlaun, ofgreiðslu stuðnings úr
ríkissjóði vegna greiðslu hluta launakostnaðar á uppsagnarfresti, eftirlitsgjaldi Fjármálaeftirlitsins, árgjaldi handhafa markaðs-
leyfis, veiðigjaldi og álögðum þing- og sveitarsjóðsgjöldum, sem eru:

Tekjuskattur og útsvar ásamt álagi á ógreiddan tekjuskatt og útsvar, útvarpsgjald, gjald í framkvæmdasjóð aldraðra, slysatrygg-
ingagjald vegna heimilisstarfa, auðlegðarskattur og viðbótar auðlegðarskattur, fjármagnstekjuskattur ásamt álagi á ógreiddan fjár-
magnstekjuskatt, ógreiddur tekjuskattur af reiknuðu endurgjaldi ásamt álagi, búnaðargjald, sérstakur fjársýsluskattur, sérstakur
skattur á fjármálafyrirtæki, jöfnunargjald alþjónustu, ofgreiddar barnabætur og ofgreiddar vaxtabætur.

Fjárnáms verður krafist án frekari fyrirvara að þeim tíma liðnum fyrir vangoldnum eftirstöðvum gjaldanna ásamt dráttarvöxtum og
öllum kostnaði, sem af innheimtu skuldarinnar kann að leiða, á kostnað gjaldenda.

Athygli skal vakin á því að auk óþæginda hefur fjárnám í för með sér verulegan kostnað fyrir gjaldanda. Fjármámsgjald í ríkissjóð er
allt að 25.000 kr. fyrir hvert fjárnám. Þinglýsingargjald er 2.500 kr. auk útlagðs kostnaðar eftir atvikum. Eru gjaldendur hvattir til að
gera full skil sem fyrst til að forðast óþægindi og kostnað.
Þá mega þeir gjaldendur, sem skulda staðgreiðslu, staðgreiðslu tryggingagjalds, vörugjald, afdreginn fjármagnstekjuskatt,
áfengisgjald, fjársýsluskatt, gistináttaskatt og virðisaukaskatt, búast við því að starfsemi þeirra verði stöðvuð án frekari fyrirvara,
þeir gjaldendur er skulda bifreiðagjöld og kílómetragjald mega eiga von á að skráningarnúmer verði tekin af ökutækjum þeirra án
frekari fyrirvara og þeir gjaldendur sem skulda gjöld þar sem lögveð fylgir mega búast við að send verð út sérstök greiðsluáskorun
fyrir gjaldföllum kröfum. Greiðsluáskorunin hefur ekki áhrif á þessi innheimtuúrræði þannig að fyrrgreindur 15 daga frestur frá
dagsetningu áskorunar þessarar gildir ekki í þessum tilvikum.

Reykjavík, 16. september 2021

Ríkisskattstjóri
Sýslumaðurinn á Vesturlandi
Sýslumaðurinn á Vestfjörðum

Sýslumaðurinn á Norðurlandi vestra
Sýslumaðurinn á Norðurlandi eystra
Sýslumaðurinn á Austurlandi

Sýslumaðurinn á Suðurlandi
Sýslumaðurinn í Vestmannaeyjum
Sýslumaðurinn á Suðurnesjum

Árskógar 8

110 Reykjavík

NÝTT Í SÖLU



PANTIÐ SKOÐUN
hjá Gunnari í síma 899 5856

Vel skipulögð 3ja herb.
94,2 fm íbúð með
útgengi á viðarpall
fyrir 60 ára og eldri.

- Stór björt stofa, 2 svefn-herbergi og baðherbergi/pv.
- Geymsla í kjallara 5,4 fm
- Húsvörður er byggingunni
- Innangengt er í Árskóga 4 þar sem boðið er uppá margvíslega þjónustu

Nánari upplýsingar:
Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is

Verð: 53,5 millj.

MIKLABORG

569 7000 | Lág múla 4 | miklaborg.is
Óskur B. Harðarson og Jónart Guðmundsson, löggjafar fasteignasali

Auglýsing um skipulagsmál í Hveragerði



Auglýsing um breytingu á deiliskipulagi fyrir Grænumörk 10 í Hveragerði.

Á fundi bæjarstjórnar Hveragerðisbæjar þann 9. september 2021 var samþykkt breyting á deiliskipulagi fyrir Grænumörk 10 í Hveragerði. Deiliskipulagssvæðið er um 11,7ha. og nær til lóða sem Náttúrulækningafélag Íslands hefur til umráða og íbúðarbyggðar við Lækjarbrún. Deiliskipulagssvæðið afmarkast af Pelamörk, Grænumörk, Fagrahvammtúni, Varmá og fyrirhugaðri íbúðarbyggð við Hólmaþrá. Breytingin sem nær einungis til 2,8ha. lands innan deiliskipulagssvæðisins, er í samræmi við breytingu á aðalskipulagi Hveragerðisbæjar 2017-2029, sem bæjarstjórn samþykkti þann 12. maí 2021 og staðfest var af Skipulagsstofnun 10. júní 2021.

Meginmarkmið breytingarinnar er að þetta byggð með heildstæðu yfirbragði, í góðri sátt við umhverfi og samfélag og skapa betri grundvöll til frekari uppbyggingar á starfsemi Heilsustofnunar NLFÍ og þjónustu tengdri henni.

Ofangreind deiliskipulagsbreyting hlaut meðferð skv. 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Skipulagsfulltrúi Hveragerðisbæjar

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is



vinnvinn

Vinnvinn | Kringlan 7 | 103 Reykjavík
Sími 552 1212 | vinnvinn@vinnvinn.is | www.vinnvinn.is

RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF