

Lífið

FÖSTUDAGUR
11. OKTÓBER 2013

Eriksína, Tobba, Íris
Björk og Hafdis Huld

**ERU ALLAR MJÖG
HRIFNAR AF
BLEIKU 2**

Hagrún Árnadóttir og
Magni Þorsteinsson

**KRON BYKRON-
KRON Á SAFN Á
ÍTALÍU 6**

Una Stígsdóttir
myndlistarkona

**GERIR FAGRAR
OG LITRÍKAR
HÁLSFESTAR 10**



Heiða Rún Sigurðardóttir

**LEIKKONU-
DRAUMURINN
RÆTTIST**

FRÉTTABLAÐIÐ

› visir.is/lifid

HVERJIR
HVAR?

Frelskvöldverður Rannsóknarseturs um nýsköpun og hagvöxt var haldinn síðastliðið mánudagskvöld. Kvöldverðurinn fór fram í Björtuloftum, hátíðarsal á efstu hæð Hörpu, og var salurinn þétt setinn. Davíð Oddsson, ritstjóri og fyrrverandi forsætisráðherra, flutti þar erindi. Ásamt honum mátti sjá viðstadda



kvöldverðinn þau **Áslaugu Örnú Sigurbjörnsdóttur** sjálfstæðiskonu, **Frosta Logason**, útvarpsmann á X-inu, Ármann Þorvaldsson, fyrrverandi forstjóra Kaupþings í London, og **Lárus Welding**, fyrrverandi forstjóra Glitnis.



Lífið

Hamingja, fólk og annað frábært

Umsjón blaðsins
Marín Manda Magnúsdóttir
marinmanda@frettabladid.is

Umsjón Lífsins á Vísir.is
Elly Ármann
elly@365.is

Útgáfufélag
365 miðlar ehf.

Forsíðumynd
Arnbór Birkisson

Auglýsingar
Atli Bergmann
atlib@365.is

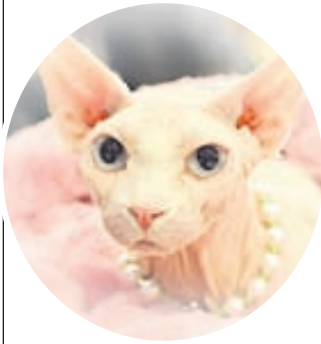
Hönnun
Silja Ástþórsdóttir
siljaa@frettabladid.is

Lífið
Skaftahlíð 24,
105 Reykjavík,
sími 512 5000
www.visir.is/lifid



„Ég ákvað að nota bílinn í gott málefni. Sissarnir ehf. ætla því að gefa 500 kr. af hverjum seldum klukkutíma til Bleiku slaufunnar.“ Hægt er að finna þjónustuna undir Bleiki bílinn á Facebook.

Sigurþór Sigurþórsson verktaki.



Birta er eini kötturinn á landinu sem er Rauða kross-kisa en barnabókin Birta brött og bleik fjallar um kisuna Birtu.

Birta



„Ég fékk poka af slæðum þegar tengdamamma lést og ákvað að gera listaverk úr slæðunum. Það var því eiginlega tengdamamma mín sem réði litnum á eldhúsinu.“

Eiríksína Ásgrímsdóttir, bókmenntafræðingur og bóhem.

„Fyrir utan svart og hvítt fara sterkir og bjartir litir mér best. Bleikur er skemmtilegur litur. Skyrtna fékk ég í Spúútník á Laugarveginum og pilsíð í Rokit Vintage í London.“

Íris Björk ljósmyndari.

BLEIKT OG AFTUR BLEIKT

Bleikur er litur alheimskærleika. Liturinn er jafnan notaður til að tákna fegurð, vernd og friðsæld. Nú er bleikur október genginn í garð. Bleika slaufan er til sölu og bleik uppboð eru í gangi á hverjum degi. Lífið ákvað að hylla bleika litinn því svo margt í kringum okkur tengir okkur við bleikt, hvort sem það eru bílar, heimili, föt, hár, varalitir eða jafnvel kettir.



Yfirhafnir í úrvali!
Verð 29.980.

Vertu vinur okkar á Facebook



hjá Hrafnhildi

• Engjateigur 5
• Sími 581 2141
• www.hjahnildi.is

Opið virka daga frá kl. 10-18

laugardaga frá kl. 10-16



„Húsið var bleikt þegar við keyptum það. Við Alisdair ákváðum að halda litnum, enda er alltaf talað um húsið okkar sem bleika húsið í dalnum.“

Hafðís Huld Þrastardóttir söngkona.



„Ég tel að hrifningu mína á bleika litnum megi rekja til þess að liturinn er hressandi gleðilítur og litur kvenleikans. Ég er litblind en bleika liti sé ég hins vegar alltaf.“

Guðbjörg Oddný Jónasdóttir stjórnmálafræðingur.



„Ég fór á stofu og var áður með blátt hár en fannst bleiki liturinn svo fallegur að ég ákvað að prófa. Hann lífgaði mikið upp á útlit mitt.“

Auður Eir Sigurðardóttir, á málbraut í Borgarholtsskóla.

„Mér finnst bleikur vera æðislegur litur, ég á meira að segja bleikar buxur. Samkvæmt einhverjum fræðingum táknar bleiki liturinn samúð, umönnun og ást.“

Garðar Gunnlaugsson fótboltamaður.



„Það er einhver tíðni í bleika litnum sem gerir sjóntaugarnar í okkur svo glaðar og kátar. Ef við mættum ráða væru Mexíkó-ættadír litir á húsum og hóbýlum hérlandis.“

Sara og Svanhildur Vilbergsdætur listakonur, duosisters.com.



Nýkomnar 16 mánaða dagbækur í miklu úrvali

ÍÐA



2014 dagatöl í ótal gerðum



Lækjargata 2a og Vestugata 2a 101 Reykjavík opið til 22 alla daga

NAFN Heiða Rún Sigurðardóttir**ALDUR** 26 ára**STARF** Leikkona**HJÚSKAPARSTAÐA** Einhleyp**BÖRN** Nei

Heiða Rún er stórglæsileg ung kona og stefnir hátt í leiklistinni

FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR BIRKISSON

HEIÐA RÚN FÉKK FYRSTA ÍSLENSKA HLUTVERKIÐ Í GEGNUM FACEBOOK

Heiða Rún Sigurðardóttir er ung leikkona á framabraut. Hún hefur haft mikinn metnað fyrir leiklistinni frá því hún man eftir sér. Eftir leiklistarnám í London og fyrirsætuférl úti í heimi er hún komin heim til að leika sitt fyrsta íslenska hlutverk í sjónvarpsþáttunum Hraunið.



IÐA-bókakaffi Vesturgata 2a 101 Rvk.
opið til 22 alla daga.

Heiða Rún Sigurðardóttir bjó í Danmörku fyrstu ár ævi sinnar en flutti svo til Íslands í Breiðholtið og bjó þar ásamt systkinum og foreldrum þangað til hún var 18 ára. Hún segist hafa verið dreymin sem barn og að hugurinn hafi oft dvalið upp í skýjunum. Hún var með langan lista yfir hvað hún vildi verða þegar hún yrði eldri en leikkonudrauminn var hún harðákveðin í að láta rætast.

Hvenær kviknaði leiklistaráhuginn? „Þegar ég var mjög ung. Einhvern tímann sagði pabbi við mig í gríni að ég gæti fengið borgað fyrir að hegða mér eins og fifl ef ég gerðist leikkona og ég tók því bara mjög alvarlega. Ég man alltaf eftir verkinu Syngjandi í rigningunni sem var sett upp í Þjóðleikhúsinu. Sú sýning sat mikið í mér en mér fannst Stefán Karl vera æðislegur og má því segja að hann hafi verið eins konar fyrirmynd mín þegar ég var yngri. Ég stefndi alltaf á að fara í leiklist úti og hef reynt að vera eins nálægt listinni hér heima og mögulegt er.“

Þú fluttir til London til að læra leiklist í Drama Centre London, hvers vegna varð þessi skóli fyrir valinu? „Af því að hann er með mjög gott orðspor og úr honum hafa komið frábærir leikarar á borð við Tom Hardy, Michael Fassbender, Colin Firth og Emilia Clarke, sem leikur í Game of Thrones. Skólinn er þekktur fyrir að vera einn af mest krefjandi skólunum í landinu.“

Sköpunargleði og öryggi

Hvernig var svo námið? „Þjálfunin reyndi á mann bæði andlega og líkamlega sem var rosalega erfitt. Ég vinn reyndar alltaf best undir álagi og Drama Centre hafði þetta stranga aðhald og agann sem ég þurfti til að ná sem bestum árangri. Sköpunargleðin var svo mikil í skólanum og ég sakna þessa stuðnings og einbeitingarinnar sem ég hafði í þessu verndaða umhverfi. Hann bjó okkur rosalega vel undir það sem þú getur búist við í bransanum. Raunveruleikinn er að sjálfsögðu ekki alveg eins. En ég var svo heppin að ég fékk umboðsmann áður en ég kláraði skólann.“

Uppáhalds

MATUR Ítalskur

DRYKKUR Rauðvín

VEITINGAHÚS
Sushi Samba

VEFSÍÐA BuzzFeed UK

VERSLUN Whole Foods

HÖNNUÐUR
Alexander McQueen

HREYFING
Ballett og flestur dans

DEKUR Nudd

Myndir þú segja að bransinn væri erfiður úti? „Já, ég held að hann sé bara erfiður hvar sem er. Það er svo oft sem þú kemst svo nálægt einhverju rosalegu. Ferlið tekur svo langan tíma og þú heldur jafnvel að róttæk breyting sé að verða á lífi þínu en svo kannski

„Mér finnst mikilvægt að evrópskir leikarar leiki í sínu heimalandi og noti það tækifæri til að opna þann markað enn betur.“

Myndaalbúmið



Heiða Rún með Jean Rene í París. Með vinkonum sínum í París. Með Tom Austen samleikara sínum í sjónvarpsþáttunum Jo. Heima hjá sér í London.

gengur það ekki upp.“

Dú hefur fengið ýmis hlutverk þó að stutt sé frá því að þú laukst námi, meðal annars í þáttunum DCI Banks, sjónvarpsþáttunum Jo og kvikmyndinni One Day með Anne Hathaway í aðalhlutverki. Hvert er uppáhaldshlutverkið þitt hingað til? „Þau eru öll svo mismunandi og ég held upp á þau öll á mismunandi hátt. Parísarhlutverkið í þáttunum Jo og verkefnið í heild sinni held ég einna mest upp á. Reynslan og fólkið sem ég vann með stendur upp úr.“

Hvernig hefur verið að leika á ensku á móti öðrum reyndum leikurum? „Ég þekki í rauninni ekkert annað. Ég lærði að leika á ensku og fékk mín fyrstu hlutverk á ensku. Ég var með ótrúlega góðan talenkennara í skólanum sem vann með mér í þrjú ár. Hún vissi hvert ég stefndi og trúði á sjálfa mig. Ég er einnig með gott tóneyra og var komin með hreiminn áður en ég kláraði skólann. Hins vegar er það litla skandinavíska í hreimnum einnig hluti af mínum persónulega eiginleika.“

Breytti nafninu sínu

Kýst þú að leika í spennuþáttum/myndum? „Nei, alls ekki.“ svarar Heiða Rún hlæjandi. „Ég væri alveg til í að gera meira grín og drama. Það er alveg stórfyndið hvað ég er búin að gera mikið af glæpadrama. En það er bara svo vinsælt.“

Dú notar listamanns nafnið Heida Reed. Hvernig kom það til? „Þegar ég útskrifaðist úr skólanum var mér ráðlagt að breyta eftirnafninu mínu í eitthvert hlutlaust, enskt eftirnafn. Til þess að fólk gæti borið það fram og einnig til þess að fá ekki of mikinn útlendingastimpil á mig þar sem ég fór mikið í þrjú fyrir ensk hlutverk.“

Dú hefur einnig starfað sem fyrirsæta og varst töluvert á Indlandi. Segðu frá því.

„Það var bara frábær reynsla. Ég ferðaðist mikið og Indland á mjög sérstakan stað í hjarta mínu. Allt þetta fyrirsætudót er mjög gott til að herða mann og búa undir alls konar erfiðleika sem geta komið upp á í þessum bransa sem ég er í núna. Ég byrjaði 15 ára að sitja fyrir og fór til Indlands þegar ég var 18 ára og kom aldrei aftur heim. Þaðan flutti ég til London.“

Tækifærin leynast á Íslandi

Ertu svo flutt til Íslands núna? Hvernig er að vera komin heim aftur? „Ég er ekki beinlínis flutt en ég er komin til að vera eitthvað. Mér finnst mikilvægt að nýta það að eiga feril á tveimur mörkuðum og ég var bara að bíða eftir rétta tækifærinu. Mér finnst mikilvægt að evrópskir leikarar leiki í sínu heimalandi og noti tækifærið til að opna þann markað enn betur. Ég hef alltaf ætlað mér að vinna hérna en ákvað að gera þetta öfugt og byrja úti og fara síðan heim. Á Íslandi er verið að gera mikið af vönduðum hlutum sem ég vil taka þátt í. Þetta var pínulítið skrítið fyrst en núna líður mér rosalega vel. Það er yndislegt að vera komin heim til fjölskyldunnar og eyða meiri tíma með henni. Ég kann virkilega að meta einfalda hluti eins og kvöldmatartímann, að fíflast með systur minni og að horfa á Broen með mömmu og þabba á mánudagskvöldum.“

Nú ertu í tókum fyrir sjón- ▶

Levi's® Revel

Nú er komin á markað ný gallabuxnalína fyrir konur frá Levi's

Línan nefnist Revel og er markmiðið að konur um allan heim geti klæðst þeim og verið ánægðar með sig hvern einasta dag. Í Levi's® Revel er efnum í vökvaformi blandað í sjálft gallaefnið. Þessi tækni er notuð til þess að annaðhvort gera efnið eftirgefanlegra eða stífara á ákveðnum lykilsvæðum og buxurnar falla því ákaflega vel að líkamanum.

Efnið í Levi's® Revel gallaefninu teygist í fjórar áttir, buxurnar draga þannig fram þitt besta og bregðast við þér eins og þú ert. Þær eru einstaklega mjúkar viðkomu og efnið er þeim eiginleikum gætt að halda bæði þinni og sinni lögun.

Levi's® Revel fæst í Levi's Original Store í Kringlunni, Smáralind og Glerártorgi



MYNDIR KRÚTTLEGAR HAUSKÚPUR

Unnur Jónsdóttir teiknar sérstakar hauskúpur sem hafa karakter.

„Þegar ég ætlaði að mæta í vinnu eftir fæðingarorlof var búið að leggja niður starfið mitt svo að allt í einu hafði ég tíma aflögu og ákvað að fara að teikna aftur,“ segir Unnur Jónsdóttir, sem er menntuð sem grafískur hönnuður frá Myndlistarskóla Akureyrar. Hún segir marga grafíska hönnuði eiga erfitt með að fá vinnu innan fagsins og hafi hún því ákveðið að viðhalda ástriðunni með því að teikna myndir af hauskúpum undir nafninu UJÓNSDÓTTIR á Facebook. „Ég hef alltaf laðast að hauskúpum og teiknað þær. Ég veit svo sem ekki hvað það er en þessar sem ég teikna eru bara lifandi og alls ekkert hræðilegar. Þær hafa karakter og eru krúttlegar.“ útskýrir Unnur. Myndirnar teiknar hún með penna og segist einungis gera sjö eftirprentanir af hverri mynd.

HÖNNUN ÍSLENSKIR SKÓR Á SKÓSAFN Á ÍTALÍU

Skórnir frá Kron by KronKron þykja framúrskarandi og hafa vakið athygli víðs vegar um heiminn.



Hugrún og Magni skóhönnuðir Kron by KronKron ásamt safnstjóranum Armando Pollini.

Þetta er búið að vera svaka spennandi og þetta er mikill heiður fyrir okkur. Það er gott að fá klapp á bakið og ekki sakar að geta heimsótt skóna eftir 50 ár,“ segir Hugrún Árnadóttir, eigandi Kron by KronKron. Hún hefur að undanförunni verið ásamt Magna Þorsteinssyni, eiginni þar sem okkur hlotnaðist sá heiður að kynna sumarlínu Kron by KronKron fyrir árið 2014. „Við erum búin að vera í þriggja vikna törn sem byrjaði í Mílanó þar sem okkur hlotnaðist sá heiður að vera tekin inn á þekktasta skósaft Ítalíu sem er í kastala fyrir utan Mílanó. Þar eru skórnir okkar komnir á safn til fram-búðar og sitja við hlið skópara helstu skóhönnuða heims á borð við Chanel, Christian Louboutin, Louis Vuitton og Manolo Blahnik,“ útskýrir hún. Það er Amand Pollini sem er maðurinn á

bak við skósaftið og er hann mjög þekktur í skóbransanum. Síðustu þrjú ár hefur hann heimsótt Kron by KronKron á sýningar í Mílanó og hefur því fylgst grannt með hönnun þeirra. Fram að áramótum er sýningin á opnu svæði en svo munu skórnir færast inn í lokaða glerskápa og vera þar til sýnis um ókomin ár. Hugrúnu og Magna hefur einnig verið boðið með skóhönnun sína á skósaft sem Salvatore Ferragamo og Harpers Bazaar eru að opna. Það skósaft verður opnað í október með sýningu í Mexíkó og mun ferðast til þrettán borga um heim allan. „Þetta er auðvitað bara alveg frábær viðurkenning fyrir okkur, að okkur skuli vera boðið að vera þarna inni. Sumarlína okkar fyrir árið 2014 er allt annað en einföld og gífurleg vinna liggur að baki henni. Það er því mikil gleði og þakklæti hjá okkur að sjá árangurinn.“



AUGLÝSING: FAKÓ-VERZLUN KYNNIR



Feðginin Herdís Telma Jóhannesdóttir og Jóhannes Ómar Sigurðsson hafa komið sér fyrir á Laugavegi 37 með gjafavöru- og sælkerabúðina Fakó verzlun. MYND/VILHELM

FAKÓ-VERZLUN Í BÆINN

Feðginin Herdís Telma Jóhannesdóttir og Jóhannes Ómar Sigurðsson hafa opnað gjafavöru- og sælkerabúðina Fakó-verzlun á Laugavegi 37.

„Móttökurnar hafa verið frábærar enda er Fakó-verzlun kærkomin viðbót hér á Laugaveginum. Það heyrur við á fólki sem býr í miðbænum, allir eru ánægðir með að fá hingað búð sem stílar inn á heimamenn en einblínr ekki bara á ferðamennina,“ segir Herdís Telma Jóhannesdóttir sem opnaði gjafavöru- og sælkerabúðina Fakó-verzlun á Laugavegi 37 nú í september.

Fakó-verzlun er fjölskyldufyrirtæki en Herdís rekur það ásamt föður sínum, Jóhannesi Ómari Sig-

urðssyni. Þau hafa frá árinu 2010 selt vörurnar innan veggja Tekk Company, Habitat og á fleiri stöðum. Þau halda því áfram en færa út kvíarnar niður í bæ. Herdís segir alla geta fundið eitthvað við sitt hæfi í búðinni.

„Við erum með vörur frá House-Doctor og Sia, sælkeramatvörur frá NicolasVahé og Organique body- og baðlínu sem hentar allri fjölskyldunni. Krakkar allt niður í tveggja ára geta fundið sætar sápur fyrir sig og þeir eldri krem, freyði-

böð og fleira. Það kemur mikið af fjölskyldufólki hingað inn til okkar og gaman er að sjá hvað gourmet-hornið okkar laðar til sín karlpeninginn. Reyndar eru konurnar mjög hrifnar af því líka. Við bjóðum líka upp á smakk á gourmet-kræsingunum á hverjum degi,“ segir Herdís.

„Það hefur verið stöðugur straumur hingað inn og ótrúlega ánægjulegt hvað móttökurnar hafa verið frábærar. Nú förum við bara að huga að jólastemmingu í búðinni og skreyta.“



„Ég var með svo ótrúlega góðan tal-kennara í skólanum sem vann með mér í þrjú ár. Hún vissi hvert ég stefndi og trúði á mig. Ég er einnig með gott tóneyra og var komin með hreiminn áður en ég kláraði skólann.“

► **varpsáttaröðina Hraumið. Geturðu sagt örlítið frá þínu hlutverki?** „Ég leik Grétu Hákonardóttur sem er nýbyrjuð í rannsóknarlögreglunni á Akranesi og er fengin til að rannsaka mál úti á landi ásamt rannsóknarlögreglumanni frá Reykjavík. Hún er algjör nagli og stendur fast á sínu. Það er því alls ekki auðvelt að koma henni úr jafnvægi.“

Er það satt að þetta sé fyrsta íslenska hlutverkið þitt?

„Já, ég þekkti engan í bransanum heima en það var haft samband við mig í gegnum Facebook. Ég sendi svo heim myndbrot af því sem ég hafði gert og sú sem valdi í hlut-

verkin sendi mér handritið. Svo var þetta bara komið.“

Þannig að þú varst í raun ráðin í gegnum Facebook?

„Já, það má segja það. Ég var líka pínulítið smeyk í byrjun að koma inn í svona líttinn og þéttan leikarahóp. Það gerist mjög sjaldan úti að allir þekki alla en hér er leikhúsmenningin mikil og svo gerir fólk bímyndir saman svo það getur verið svolítið erfitt þegar maður er utanaðkomandi. Alltaf þegar ég labbaði inn á æfingar í byrjun leit fólk við og spurði: Hver ert þú? Eftir nokkrar vikur var ég komin inn í hópinn og leið eins og ég þekkti alla.“

Jón Gnarr borgarstjóri

ætlar að tilkynna hvort hann verði í framboði næsta vor í Tvíhöfðaþættinum 30. október.



MYND: HÖRÐUR SVEINSSON

BLEIKA UPPBOÐIÐ

Í ár var átakið Bleika slaufan með nýstárlegum hætti því meðfram sölu á slaufunni var vakin athygli á málstaðnum með bleiku uppboði á bleikaslaufan.is. Þar hefur verið hægt að bjóða í ýmsa skemmtilega hluti og viðburði í tíu daga. Uppboðið hófst 2. október og því lýkur á miðnætti í dag, 11. október. Í dag er bleika landsliðstreyjan – árituð af öllum landsliðshópi karla – í boði á bleikaslaufan.is.

Hamborgarafabrikkan tryggði sér Tvíhöfða

Þjóðþekktir einstaklingar hafa komið að uppboðinu með ýmsum hætti en uppboðið hefur vakið mikla athygli. Fyrstir til leiks voru engir aðrir en Jón Gnarr og Sigurjón Kjartansson, Tvíhöfðateymið margfræga, en talað var um endurkomu aldarinnar í útvarpi. Tvíhöfði tekur yfir Virka morgna á Rás 2 hinn 30. október næstkomandi en Hamborgarafabrikkan tryggði sér kostun á tvíeykinu sívinsæla.

Söguleg ljósmynd af Sigmundi og Bjarna

Í Bleika uppboðinu mátti bjóða í málverk eftir Tolla, málsverð sem Hrefna Sætran eldar, uppákomu með Glaðasta hundi í heimi, kjól frá ELLU, bleika mynd eftir Hugleik Dagsson, konfektnámskeið með Hafliða Ragnars, áritaðan gítar frá hljómsveitinni Of monsters and men, óvenjulega ljósmynd af Sigmundi Davíð og Bjarna Ben eftir Ara Magg og loks bleika landsliðstreyju sem Hannes Þór klæðist í leik Íslands og Kýpur í kvöld, áritaða af öllum í landsliðshópnum. Fylgstu með á bleikaslaufan.is því það verður forvitnilegt að fylgjast með hver tryggir sér treyjuna. Ætlar þú kannski að næla þér í gripinn?



Undirbúningur í hámarki. Ráðherrarnir voru myndaðir sem Spock og Kirk úr Star Trek. [Sjá nánar á bleikaslaufan.is](http://Sjá_nánar_á_bleikaslaufan.is).



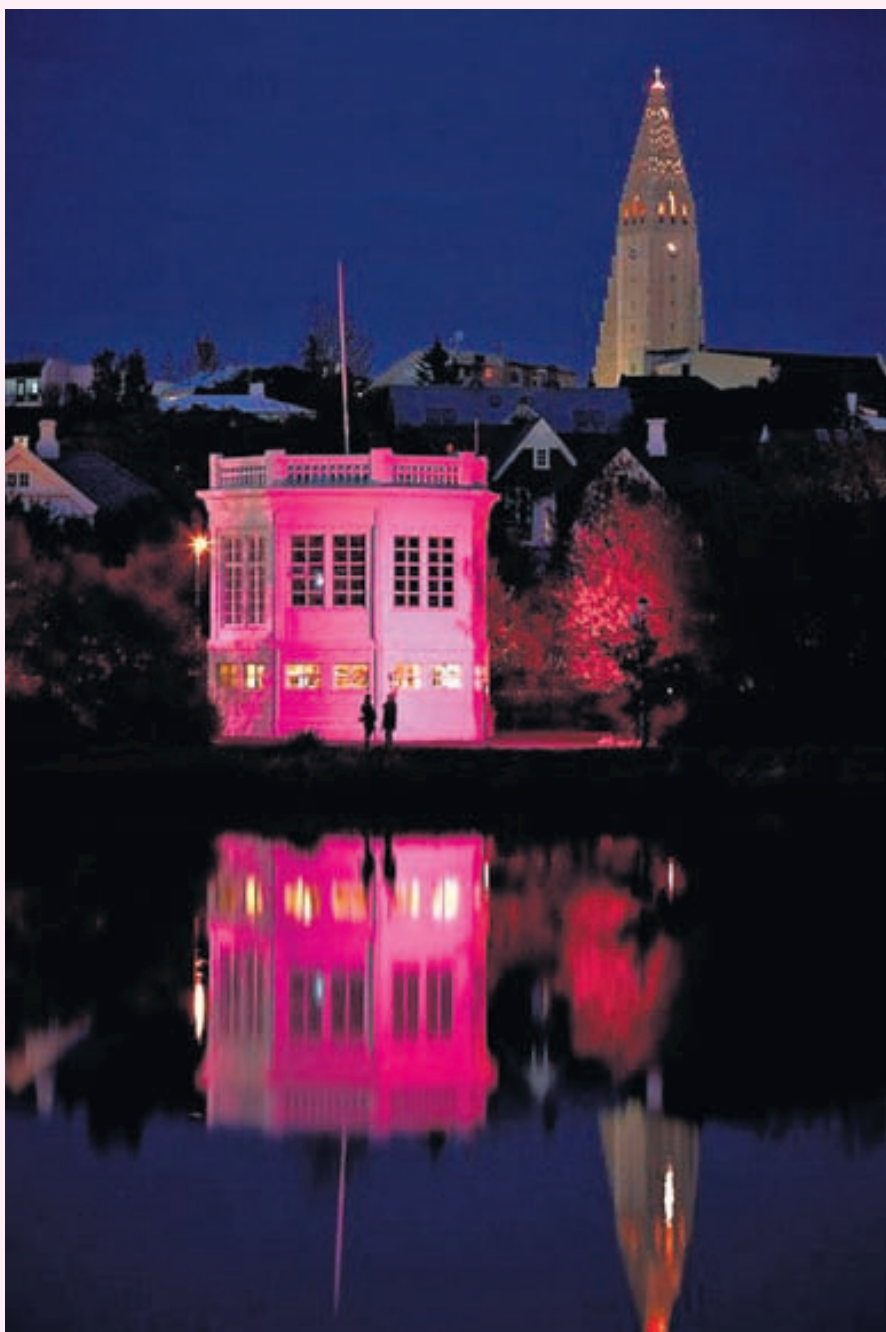
ÁFRAM ÍSLAND!

Hannes Þór Halldórsson
er markvörður íslenska landsliðsins

MYND/BALDUR KRISTJÁNSSON

Mikil spenna er fyrir leik Íslands og Kýpur sem fram fer í kvöld. Mikið er í húfi og nú er lag að hvetja strákana okkar hressilega áfram. Uppselt er á völlinn en þeir heppnu sem tryggðu sér miða verða auðvitað að hvetja strákana okkar hressilega áfram. Bleiki dagurinn er einnig í dag og því eru allir hvattir til þess að mæta á leikinn klæddir bleiku. **Taktu mynd og deildu henni með okkur. Merktu hana #bleikaslaufan.**

Markvörður íslenska karlalandsliðsins í knattspyrnu, Hannes Þór Halldórsson, mun klæðast sérsaumaðri bleikri treyju í landsleiknum. Þú gætir svo eignast treyjuna hans Hannesar Þórs, áritaða af öllum landsliðshópnum, en þá verður þú líka að bjóða í hana! Hún er í boði í dag á bleikaslaufan.is. Fylgstu vel með.



MÁLUM BÆINN BLEIKAN...

Blásið verður til veislu fimmtudagskvöldið 17. október því þá verður mikið um að vera í höfuðborginni ásamt hinum ýmsum bæjum á landsbyggðinni. Fjöldinn allur af veitingastöðum gefur hluta af ágóða sínum þetta kvöld til Krabbameinsfélagsins til styrktar árveknisátaki Bleiku slaufunnar og baráttunni gegn krabbameini hjá konum.

Landsmönnum gefst því kostur á að bregða undir sig betri fætinum og fara út að borða með fjölskyldu eða í góðra vina hópi og styrkja um leið gott málefni.

Fjölbreyttir veitingastaðir í miðbæ Reykjavíkur taka þátt í Bleikri borg. Má þar nefna Fiskfélagið, Geysi Bistro, Rub 23, Einar Ben, Laundromat, Borgina, Kolabrautina, Munnhörpuna, Grillið, Uno restaurant og Satt, að ógleymdum fjölda annarra veitingastaða um allt land.



Taktu fimmtudagskvöldið 17. október frá og kíktu á Bleika borg.

Lára G. Sigurðardóttir
er læknir hjá
Krabbameinsfélaginu.

”Tíminn frá því að krabbamein byrjar að myndast og þangað til það greinist getur verið allt frá þremur og upp í 20 ár.



VERUM VAKANDI FYRIR EINKENNUM

Lára G. Sigurðardóttir, læknir og doktorsnemi í lýðheilsuvísindum, starfar hjá Krabbameinsfélaginu þar sem hún sinnir meðal annars fræðslu. Hún fer í heimsóknir til fyrirtækja og segir frá helstu einkennum krabbameina og ítrekar mikilvægi þess að temja sér heilbrigðan lífsstíl, því hægt er að koma í veg fyrir að minnsta kosti þriðjung krabbameina með heilsusamlegum lífsháttum.

Líflíkurnar hafa aukist

„Það er ákveðinn drungi sem fylgir orðinu krabbamein, þrátt fyrir að fleiri látist af völdum hjarta- og æðasjúkdóma. Krabbamein eru ekki sömu sjúkdómar að eiga við í dag og fyrir fimmtíu árum því líflíkurnar hafa aukist til muna.“

„Tíminn frá því að krabbamein byrjar að myndast og þangað til það greinist getur verið allt frá þremur og upp í 20 ár. Einkennin geta verið ólík eftir eðli og staðsetningu meinsins. Flestir kvillar lagast á innan við fjórum vikum en ef þeir gera það ekki er ráðlagt að leita læknis. Krabbameinum fylgja yfirleitt engin einkenni til að byrja með, eins og leghálskrabbameini. Því er mikilvægt að mæta reglulega í hópleit. Það er ungum konum svo fjarlægð að fá krabbamein en staðreyndin er því miður sú að flestar þeirra ungu kvenna sem greinast með leghálskrabbamein hafa ekki mætt í leit sem skyldi.“

Verum vakandi

„Almenna reglan er sú að því fyrr sem mein greinist því líklegra er að hægt sé að lækna viðkomandi. Því er mikilvægt að þekkja einkenni algengra krabbameina eins og brjóstakrabbameins og mæta reglulega í hópleit, ásamt því að þreifa brjóstin. Það virðist algengur misskilningur að verkir í brjóstum séu einkenni brjóstakrabbameina en þau eru langoftast eins og maður segir þögn, það er án verkja,“ segir Lára.

„Tíminn frá því að krabbamein byrjar að myndast og þangað til það greinist getur verið allt frá þremur og upp í 20 ár. Upp á að greina sortuæxli á snemmstigum er mikilvægt að fylgjast með blettum á líkama sínum og vera vakandi fyrir því hvort þeir séu að taka breytingum.“

Temjum okkur heilbrigðan lífsstíl

Það er ýmislegt hægt að gera til að minnka líkurnar á að fá krabbamein. „Það eru nokkur krabbamein sem tengjast ákveðnum lífsháttum en það er samt sjaldnast einföld skýring á af hverju sumir fá krabbamein en aðrir ekki. Sem dæmi má nefna að HPV-smit er aðalorsök leghálskrabbameina en samt fær lítill hluti þeirra sem smitast af HPV leghálskrabbamein. Stundum spila erfðir stóran þátt en oftast er um að ræða samspil margra þátta. Síðan eru aðrir þættir sem verka sem verndandi. Til dæmis eykur áfengi líkur á brjóstakrabbameinum en neysla á fæðu sem inniheldur mikið magn af fólínsýru, eins og spinati eða hnetum, virðist draga úr áhættunni.“

Hugsom fallega til okkar

„Nú er talið að við ættum að geta komið í veg fyrir um þriðjung krabbameina með góðum lífsháttum; að hreyfa sig í 30 mínútur á dag hið minnsta, hætta að reykja eða nota annað tóbak, drekka áfengi í hófi eða sleppa því. Borða að minnsta kosti fimm skammta af ávöxtum og grænmeti á dag og forðast unnar kjötvörur og mikið af rauðu kjöti. Hugsu út í mögulega smíthættu áður en stund-að er óvarið kynlíf. Fá góðan nætursvefn. Umfram allt að hugsu fallega til sín og annarra því þá er maður vís til að lifa heilsusamlegu lífi,“ sagði Lára að lokum.



Hilmar hjá markaðsdeild bankans, Sigmar Ingi, formaður starfsmannafélagsins, og Viðar, forstöðumaður viðskiptaumsjónar, hika ekki við að klæðast bleiku.



Þorsteinn Ingi Valdimarsson, lögmaður á lögfræðisviði bankans, smellir sér í bleikt.



Útibúið í Garðabæ skartaði að sjálfsögðu bleikum lit á Bleika deginum í fyrra.



Bleikir fánar hjá Arion banka.

BLEIKI DAGURINN ER Í DAG

Bleiki dagurinn, sem er haldinn hátíðlegur í dag 11. október, hefur heldur betur fest sig í sessi. Ýmis fyrirtæki og stofnanir hafa fagnað þessum degi og skartað bleikum lit. Arion banki er eitt þessara fyrirtækja en um 900 manns starfa hjá bankanum og mikil stemning hefur skapast í kringum daginn. Þar hafa sést fylgihlutir á borð við bleikar fjaðrir, ennisbönd og pinnahæla.

Bleiki dagurinn er þörf áminning

„Við erum stolt af stuðningi bankans við málefnið og þekkjum það mörg hver af eigin raun. Hjá okkur starfa 650 konur og þar sem tíunda hver kona getur búist við að fá brjóstakrabbamein um ævina er augljóst hversu marga þetta snertir á svo fjölmönnum vinnustað.“ segir Guðrún Heimisdóttir á samskiptasviði Arion banka.

„Á sama tíma hvetjum við okkar fólk til umhugsunar og ef það leiðir til þess

að ein kona drífur sig í að panta tíma á Leitarstöðinni er markmiðinu náð. Forvarnir eru besta ráðið við sjúkdómum eins og brjóstakrabbameini og Bleiki dagurinn er frábær leið til að gera þetta erfiða málefni skemmtilegt.“

Aðspurð hvaða flík væri vinsælust sagði hún ýmsa bleika fylgihluti slæðast inn í bankann á þessum degi eins og bleikar fjaðrir, ennisbönd og jafnvel pinnahæla. „Það er ekki þessi hefðbundni bankaklæðnaður en allt er þetta

nú gert með góðan málstað í huga,“ sagði Guðrún.

Tilvalið tækifæri til þess að láta gott af okkur leiða

Ljóst er að Arion banki ætti að vera öðrum vinnustöðum hvatning í að taka þátt í Bleika deginum með jafn virkum hætti. Þess má geta að fjáröflunarkvöld verður hjá konum bankans þann 17. október næstkomandi. „Bleika slaufan og baráttan gegn krabbameini hjá

konum er okkur mjög hugleikin. Konukvöldið verður tileinkað Bleiku slaufunni og allur ágóði kvöldsins mun renna til Krabbameinsfélagsins. Hugmyndin er runnin undan rifjum nokkurra kvenna innan bankans og þetta er tilvalið tækifæri fyrir okkur samstarfskonurnar til að láta gott af okkur leiða. Við verðum með happdrætti, tiskusýningu, uppboð og margt fleira skemmtilegt,“ sagði Guðrún Heimisdóttir glöð í bragði í spjalli við Lífið.

BLEIKA TEBODIÐ

Landssamtök POWERtalk á Íslandi ætla að halda bleikt teboð sunnudaginn 20. október til styrktar Bleiku slaufunni. Teboðið verður á milli kl. 15-17 í safnaðarheimili Háteigskirkju, Háteigsvegi 20.

Bleika teboðið er fjáröflun þar sem fjöldi fyrir tækja og félaga innan POWERtalk leggja hönd á plóg til stuðnings árveknisátaki Krabbameinsfélagsins og kostar hver miði 2.500 kr. Innifalið í miðaverði er te, veitingar, fræðsla og skemmtiatriði.

Auk þess verður hlutaveita en hver miði verður á 500 kr. Æskilegur klæðnaður felur í sér blómamynstur og hatta. Hægt er að panta miða á bleika teboðið á powertalk.is.



Svona gæti teboðið lítið út.

VISSIR ÞÚ AÐ ...

...hreyfing í fjórar klukkustundir á viku getur minnkað líkurnar á því að konur fái brjóstakrabbamein eftir tíðahvörf um 30-50%.

Hreyfing er mikilvæg í baráttunni við krabbamein og því ætla Valskonur í körfubolta í samvinnu við Bleiku slaufuna að halda sérstakan dag helgaðan hreyfingu í Valsheimilinu, í dag 11. október, frá klukkan 15.00-17.00.

Hreyfingardagurinn er fyrir konur á öllum aldri og tilgangurinn er að hafa gaman, hreyfa sig og styrkja góðan málstað í leiðinni. Skráningargjaldið er 1.000 kr. sem rennur óskipt til Krabbameinsfélagsins. Framlög umfram skráningargjald eru að sjálfsögðu vel þegin. Húsið verður opnað kl. 14.00 og á staðnum verða fjölbreyttir viðburðir tengdir hreyfingu.

Endilega taktu vinnufélaga, saumaklúbbinn, vinkonur eða bara hvern sem er með þér! Skráning fer fram á krabb@krabb.is.



**Bleika slaufan
að verða til**

Ástþór Helgason og
Kjartan Örn Kjartansson
eru mennirnir á bak við
slaufuna í ár.



MENNIRNIR Á BAK VIÐ SLAUFUNA

Bleika slaufan er tákn Krabbameinsfélags Íslands í baráttunni gegn krabbameini hjá konum. Á hverju ári greinast um 700 konur með krabbamein á Íslandi.

Slaufan í ár kemur úr smiðju þeirra Ástþórs Helgasonar og Kjartans Arnar Kjartanssonar, gullsmiða hjá Orr, en þeir gefa alla vinnu sína við hönnun slaufunnar. Allur ágóði af sölu slaufunnar rennur til Krabbameinsfélagsins.

Form slaufunnar myndar tákn óendanleikans sem umlykur steininn. Hún minnir

okkur þannig á að óendanlegur kærleikur hvers okkar í annars garð er dýrmætasta umgjörðin um lífið og mikilvægi þess að við stöndum þétt saman þegar erfiðleikar steðja að.

Þess má geta að TVG-Zimsen er stoltur styrktaraðili Bleiku slaufunnar. TVG-Zimsen sá um flutning á slaufunum til

landsins án kostnaðar fyrir Krabbameinsfélagið en slaufan er framleidd í Kína. Fyrirtækið hefur styrkt átakið frá upphafi og keypt Bleiku slaufuna fyrir starfsfólkið.

Sýnum stuðning og höfum slaufuna sýnilega í október.



Þetta gæti mögulega verið stærsta slaufa í heimi. MYND/HÖRÐUR SVEINSSON.

STÆRSTA UMFERÐAR-SLAUFA Í HEIMI?

Margir ráku upp stór augu þegar umferðarslaufan á mótum Bústaðavegar og Hringbrautar var máluð bleik á dögnum. Bleika umferðarslaufan er hluti af árveknisátaki Krabbameinsfélagsins en október er helgaður átakanu. Bleika slaufan er tákn Krabbameinsfélagsins í baráttunni gegn krabbameini í konum.

Átak á borð við Bleiku slaufuna getur ekki orðið að veruleika nema með stuðningi fjölmargra sem eru tilbúnir að leggja sitt af mörkum, gefa vinnu sína og styðja við gott málefni. Bleika umferðarslaufan er gott dæmi um slíkt þar sem ótal margir sjálfboðaliðar komu að framkvæmdinni. Má þar sérstaklega þakka lögreglunni, Vegagerðinni og Reykjavíkurborg – svo ekki síst öllum þeim öflugum konum sem máluðu sjálfa umferðarslaufuna en það voru konur úr Björgunarsveitinni Vörðunni og konur úr meistaraflokki Vals í körfubolta. Svo má ekki gleyma að það fór slatti af málningu í slaufuna en Málning hf. gaf alla málninguna. Kærar þakkir.

BESTU VINIR BLEIKU SLAUFUNNAR

Átak á borð við Bleiku slaufuna getur ekki orðið að veruleika nema með stuðningi fjölmargra aðila sem eru tilbúnir að leggja sitt af mörkum, gefa vinnu sína og styðja við gott málefni. Við viljum þakka öllum vinum og velunnurum Bleiku slaufunnar fyrir dyggan stuðning, bæði í ár og undanfarin ár. Án þeirra væri átak sem þetta ekki mögulegt. Takk.

Margt smátt
TVG Zimsen
Landflutningar
Samskip
Parlogis
Þórunn Erna
Clausen
Eberg

Vífífell
Ágúst Jakobsson
Errea
KSÍ
Erlingur Óttar
Thoroddsen
Saffran
Járn og gler ehf.

Papyrus
Stefanía Thors
Nikulás Helgason
Ívar Kristjánsson
Norðurflug
Björgunarsveitin
Varðan
Lögreglan

Vegagerðin
Meistaraflokkur
Vals í körfubolta
kvenna
Margrét
Einarsdóttir
Steinunn
Þórðardóttir
Klæðskerahöllin



Colonel's
**Original
Recipe**

BOXMASTER™



aðeins
799
kr.

Taktu **MEISTARALEGA** á hungrinu!



KFC
SVOOOGOTT™

FAXAFENI • GRAFARHOLTÍ • SUNDAGÖRÐUM
HAFNARFIRÐI • KÓPAVOGI • MOSFELLSBÆ
REYKJANESBÆ • SELFOSSI
WWW.KFC.IS • facebook.com/kfc.is

TÍSKA KLASSÍSK OG VÖNDUÐ HAUSTTÍSKA

Ný árstíð er gengin í garð. Haustið er svo sannarlega komið með snarpri vindhviðum og laufblöðum í viðeigandi litum. Hausttískan birtist hér með fallegum og vönduðum fötum frá Espirit sem endurspeglar þennan fallega tíma.



Föt Espirit.
Varalitir MAC
Viva Glam I



Föt Espirit
Förðun
Fríða María
Ljósmynd Björg
Vigfúsdóttir



Föt Espirit.
Varalitir MAC
Viva Glam I og
Shy Girl



Föt Espirit.
Skór 38 þrep.
Gljái á fótleggjum
ST.TROPEZ Skin
Illuminator

Frábær líðan með Femarelle



„Mín upplifun af notkun Femarelle hefur verið mjög góð,“ segir Ásdís Lára Runólfssdóttir. „Þegar Femarelle kom á markaðinn var ég alveg komin að því að gefast upp. Hitaköstin urðu stöðugt verri og verri. Ég vissi ekki hvernig ég átti að klæða mig lengur. Svefnlausar nætur vegna nætursvita og hitakasta. Mér leið eins og ég logaði innan frá. Það tók Femarelle um það bil tvær vikur að virka, á þriðju viku fann ég ekki fyrir neinum einkennum. Nú líður mér mjög og ég þarf ekki lengur að rífa mig úr fötum vegna óbærilegs hita og sef mjög vært á næturna.“



Föt Espirit.
Augnskuggar
MAC Paintpots
Camel Coat og
Chrome Angel
Farði MAC
Face and Body
Foundation



Föt Espirit.
Skór 38 þrep.
Hárefni LABEL.M
Dry Shampoo

AUGLÝSING: UNGFRÚIN GÓÐA KYNNIR



UNGFRÚIN GÓÐA ER NÝ OG GLÆSILEG VERSLUN Í MIÐBÆNUM

Á Hallveigarstíg 10a hefur opnað hlýleg verslun með fallega fylgihluti og gjafavörur.

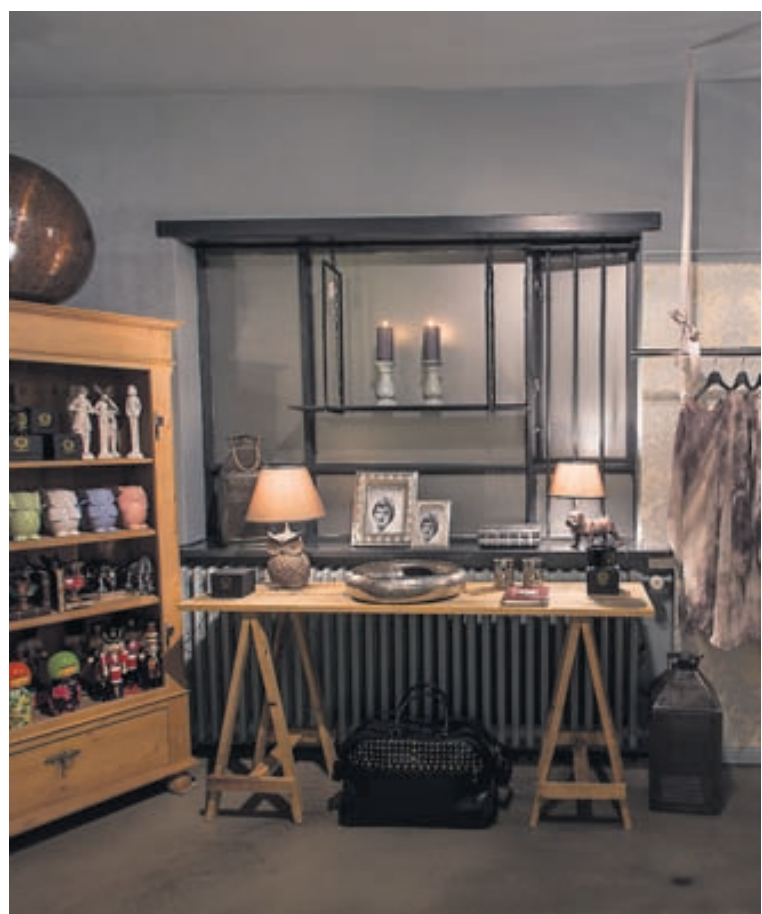
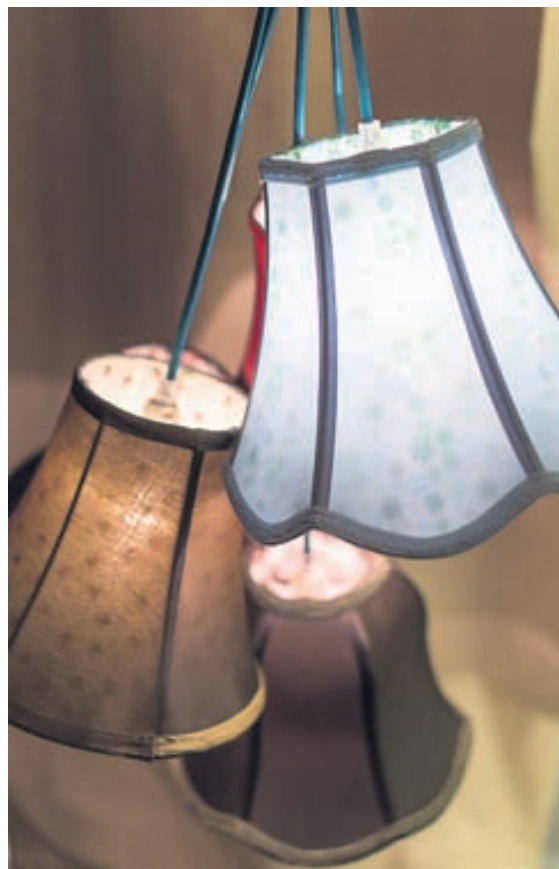
„Hjá okkur má finna töskur, skó, fatnað, sloppa, klúta og ýmsa fallega og vel valda fylgihluti og gjafavörur,“ segir Dagmar Pétursdóttir. Hún er eigandi Ungfrúarinnar góðu, nýrrar og skemmtilegrar verslunar sem opnuð var í gær á Hallveigarstíg 10a. „Við leggjum ríka áherslu á að verslunin sé hlýlegur viðkomustaður sem gaman er að heimsækja til að skoða forvitnilegt vöruframboð,“ segir Dagmar en vörur Ungfrúarinnar góðu eru aðallega

frá Danmörku, Þýskalandi og Íslandi.

„Við kappkostum að hafa fjölbreytt vöruúrval, þægilegt andrúmsloft og tókum vel á móti viðskiptavinum okkar.“

Opið er í Ungfrúnni góðu frá klukkan 10 til 18 virka daga og frá 12 til 16 á laugardögum.

Nánari upplýsingar er að finna á www.ungfruin-goda.is, á Facebook, Instagram eða í síma 551 2112.



SKART

ÞAR SEM LISTIN OG HÖNNUN MÆTAST

Una Stígsdóttir hagnar og vinnur falleg hálsmen úr gleri, tré og leir.

Það er alls konar fagurfræði sem fylgir manni frá listinni. Eitthvað sem er bara rótgróið í mér. Ég kem því fram við þetta eins og málverk, sérstaklega hvernig ég blanda saman litunum," segir Una Stígsdóttir sem gerir fallegar, litríkar hálsfestar og selur í versluninni Kraumi á Laugaveginum.

Una kemur úr listamannafjölskyldu og byrjaði að læra klæðskerann í lönnskólanum aðeins 16 ára gömul. Það var því eðlileg þróun að sækja meira nám innan listarinnar en hún útskrifaðist sem myndlistarkona af málarabraut í Suður-Dýskalandi. Una segir málarabrautina ekki hafa einskorðast við pensil og striga heldur hafi hún einnig fengið tækifæri til þess að vinna sjálfstætt með smágerðari hluti eins og leir.

„Ég hef alltaf verið á milli þessara tveggja heima. Hönnun og list hafa alltaf togast á hjá mér. Ég valdi hins vegar listina því ég hef unnið mikið við búninga og leikmuni í leikhúsinu sem eru beintengd því að skapa nytjahluti. Mér finnst það vera fullkominn vettvangur þar sem listin og hönnun mætast í einhverju einstöku.“ Hálsfestarnar eru allar handgerðar. Perlurnar eru úr gleri en sumt hráefnið er unnið frá grunni úr leir eða tré sem Una tálgar, malar og lakkar.



Una Stígsdóttir í versluninni Kraum.



Peysurnar fást í Kirsuberjatrénu og versluninni Kiosk

HÖNNUN DOPPÓTTAR OG SÆTAR

Sonja Bent fatahönnuður hagnar flottar og vandaðar þrjónapeysur fyrir börnin eftir slow fashion-hugmyndafræðinni.

Sonja Bent byrjaði að vinna sem nemi í búningadeild Latabæjar út frá Listaháskólanum árið 2005. Síðan þá hefur hún unnið að ýmsum verkefnum bæði fyrir Latabæ og aðra. Þrjóna- og búningagerð fyrir kvikmyndir og leikhús segir hún vera einstaklega skemmtilega og skapandi en ástríða hennar liggur í hennar eigin hönnun sem hún segist sinna í hjáverkum.

„Ég byrjaði að gera doppupeysur fyrir mörgum árum og slow fashion-hugtakið hefur alltaf verið mitt mottó. Þetta hugtak er orðið mjög vinsælt í dag en ég er hlynnt því að vinna vöruna mjög vel og gera minna magn af hverju," segir Sonja Bent og heldur áfram: „Ég skipti reglulega um liti svo það eru ekki margir sem geta átt sömu flíkina í sama litnum.“ Framleiðsluferlið hefur hingað til verið algjörlega í hennar höndum og segir hún það

vera gefandi að hanna flíkurnar, þrjóna og jafnvel búa sjálf til efnið. Nú hefur Sonja ákveðið að láta framleiða barnapeysur í Portugal því hún hefur ekki undan eftirspurninni. Verksmiðjuna segir hún vera mjög faglega þar sem unnið er úr góðum og eins náttúrulegum efnum og hægt er. Fyrir vikið er varan vandaðri og dýrari. Fram undan er hönnunarsýningin Blickfang í Kaupmannahöfn sem gengur út á umhverfisvæna framleiðslu þar sem allt er nýtt af nálinni. „Við ákváðum að gera þetta þrjár saman en Steinunn Vala frá Hring eftir Hring og Ingibjörg Hanna frá Ihanna home verða með mér úti. Hönnuði vantar oft og tíðum byr undir báða vængi því það er svo dýrt að fara á sýningar erlendis. Því er þetta ansi sniðug lausn," segir Sonja. Barnapeysurnar fást nú þegar í versluninum Kirsuberjatré og Kiosk.



Sonja Bent fatahönnuður.



Stöð 3 er ný
sjónvarpsstöð
Aðeins 2.990 kr.
á mánuði

Gerðu verðsamanburð

Stöð 3 + **Krakka stöðin** + = **2.990** kr. á mánuði

Skjár 1 = **4.990** kr. á mánuði

Tryggðu þér áskrift og fáðu nánari upplýsingar á stod3.is



Parmareggio

ostaveisla
fyrir vandláta





...SPJÖRUNUM ÚR

Hulda Sif Ásmundsdóttir

ALDUR: 32 ára
STARF: Ljósmyndari

Hvern faðmaðir þú síðast? Ég faðmaði ömmu mína rétt áðan og lðunni frænku sem býr í Stokkhólmi.

En kysstir? Ég knúsaði og kyssti börnin mín í morgun.

Hver kom þér síðast á óvart og hvernig? Nokkrir nánir aðilar komu mér á óvart með því að styrkja mig á einn eða annan hátt svo ég komist á námskeið í New York í lok mánaðar.

Hvaða galla í eigin fari ertu búin að umbera allt of lengi? Ég hef fullt af göllum og ætla að halda áfram að umbera þá.

Ertu hörundsár? Já, já, stundum.

Dansarðu þegar enginn sér til? Já, oft og innilega.

Hvenær gerðirðu þig síðast að fifli og hvernig? Ég veit það ekki, örugglega oft undanfarið – kannski.

Hringirðu stundum í vælubílinn? Ég kann ekki við þetta orð, vælubílinn.

Tekurðu strætó? Já, ég geri það stundum.

Hvað eyðirðu miklum tíma á Facebook á dag? Það er mjög misjafnt hversu mikill tími fer í það á dag en ég nota Facebook mjög mikið.

Ferðu hjá þér þegar þú hittir fræga eða heilsarðu þeim? Nei, alls ekki. Ég er von að heilsa því fólki sem ég þekki.

Lumarðu á einhverju sem fáir vinir þínir vita um þig? Já, ég á ósýnilega vinkonu og við tölum saman oft á dag.

Hvað ætlarðu alls ekki að gera um helgina? Ég ætla alls ekki ekki í sund.

HELGARMATURINN PASTA MEÐ HRÁSKINKU OG SALATI.

Dögg Gunnarsdóttir
er faglegur stjórnandi hjá Turebergs förskolor og er búsett í Stokkhólmi ásamt manni og tveimur börnum.

Dögg telur gott að eiga fljótlega rétti í pokahorninu á haustin þar sem grilltíminn er liðinn og gefur hér góða uppskrift að pastarétti.



Fyrir fjóra

500 g ferskt pasta
1 krukka grænt pestó
1 poki ristaðar furuhnetur

300 g hráskinka, frekar meira en minna
Rifinn parmesanostur

1 poki klettasalat
Hrein ólífuolía
Salt og pipar

Aðferð

Steikið furuhnetur, rífið ostinn og skerið hráskinku í tvennt. Pastað er soðið eftir leiðbeiningum; varist ofsuðu. Eftir á er gott að láta kalt vatn renna yfir þegar það er sigt að. Pestói blandað saman við pastað og hrært varlega (gott að nota eldfast mót eða stóran disk). Ristaðar furuhnetur, hráskinka, parmesan og klettasalat er lagt ofan á pastað. Hellið varlega ólífuolíu yfir réttinn, saltið og piprið eftir smekk.



Tökum bleikan bíl!



Styrkjum starfsemi Krabbameinsfélagsins

Hreyfill/Bæjarleiðir er styrktaraðili árvekniátaks Krabbameinsfélagsins í október og nóvember

Með hverri pantaðri ferð styrkir þú verkefni Krabbameinsfélagsins til að berjast gegn krabbameini hjá konum.

Af því tilefni höfum við sérmerkt bílana okkar enn á ný með bleikum taxaljósum og munu bílstjórnarnir taka fagnandi á móti þér.

Taktu bleikan bíl næst þegar þú pantar leigubíl!

„Bleika slaufan” er til sölu í bílunum okkar frá 1. – 15. október.

**GEFÐU
HÆNU**

gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf
kirkjunnar

OTTÓ AUGLÝSINGASTOFA

HREYFILL
BÆJARLEIÐIR
5 88 55 22

**Bleika
slaufan**