HREYFÐU ÞIG MAÐUR!

1. KLAPPA SAMAN HÖNDUM

2. SOFA VEL

3. BORÐA RÉTT

4. DREKKA VATN

5. DANSA

6. FÁ SÉR GÖNGUTÚR

7. TAKA SKRIÐSUND

8. SKELLA SÉR Á SKÍÐI

9. RÆKTA VÖÐVANA

10. STANDA Á HÖNDUM

11. DREPA Í

12. TÉKKA Á SÉR

13. ÓKEI!

14. MAKA Á SIG SÓLARVÖRN

15. MINNKA SULLIÐ

16. KLÓRA SÉR Í PUNGNUM

17. UPP MEÐ SOKKANA

18. MOTTUMARS!

MOTTUMARS

Heilsuráð sem bæta heilsu og minnka líkur á krabbameinum

mottumars.is/heilsurad

Krabbameinsfélagið