

## Allannguisimanernik saqqummiussineq piumassusermut uuttuut apeqqutillu ammasut atorlugit

- **Pingaaruteqassuseq:**
- 0 -miit 10 –mut qanoq ilinnut pingaaruteqartigiva?  
0, epingaaruteqanngitsoq, 5, nalornillutit taava 10, pingaartorujussuusoq.
- 0-----5-----10



# Allannguisimanernik saqqummiussineq piumassusermut uuttuut apeqqutillu ammasut atorlugit

- **Iluatsinnissaanik upperinnineq:**
- 0 -miit10-mut iluatsinnissaa qanoq upperitigiviuk?
- 0, iluatsinnissaa upperinagu, 5, nalornillugu taava 10, upperilluarlugu.
- 0-----5-----10

# Nalilersuinerni sungiusaatit



sundhedsekspressen  
Det virker. Det ved vi.

- 8 toqqarpat. Sooq 8..... Itisilertillugu (Apeqqt utertarlugu: allanik peqquteqarpit? Naggataatigut tamaat uteqqiguk)
- 8 toqqarpat 2 toqqarnagu .....itisilertiguk(Apeqqt utertarlugu: allanik peqquteqarpit? Naggataatigut tamaat uteqqiguk)
- Kisitsit qaffasinnerussappat allanik peqqutissaqarpit? (Apeqqt utertarlugu: allanik peqquteqarpit? Naggataatigut tamaat uteqqiguk)
- Naggasiigit! Imannak oqarputit:

Piffissaqarfigilluaruk, unillattaasarlutit, tusarnaarluarit!!!!



# Sullitap oqaloqatiginerani anersaaq

- Piginnaasaq:
  - Suleqatigiinneq
  - Misigeqatiginninneq
  - Nammineq aaliangiisinnaassuseqartitsineq

Inoqatit tamaasa naligiimmik ataqqinissaannut tunngavoq.

Sullissisutut illit ajunnginnerpaamik kissaassinissat;  
qanorluunniit.....



## Suleqatigiinnerup isumaa:

- Sullitaq pillugu aamma peqatigalugu iliuuserisat
- Peqateqarnek – soorlu qiteqateqarnermi. Aappaata isigai tummarnaveersaartarpagut.
- Sullitavit piginnaasai nanillugit nukittorsarlugit
- Akuerineqaqqaarluni

# Misigeqatiginninnerup isumaa



sundhedssekspresen  
Det virker. Det ved vi.

- Allap misigissusai ilisaralugit paasillugillu
- Allap inissisimaffianiinneq takorloorsinnaallugu
- Sullitap silarsuaanik takunnikkumalluni iliuseqarneq – misigisaat qallinngikkaluarlugit
- Sullitavit isiginnittaasia qitiutillugu paasineqartutut misigitillugu



# Nammineq aaliangiisinnaassuseqarnerup isumaa

- Kialuunniit inuup nammineq inuunermini aaliangiisinnaassusia.
- Inuit inunnit allanit piumaffigineqartut akerliusinnaasarnerannik paasinnineq.
- Nammineq aaliangiisinnaassusermik kiffaanngissuseqarneq aamma pisinnaatitaaffeqarneq ataqqillugu
- Nammineq allanit naqittarneqarnani aaliangiigaanni piumassuseqarnerusarneq ilisimaaralugu.