

# Nerisaqarnermut innersuussutit qulit

## 1. Allangorartunik nerisarit

Innersuussut siulleq pingaarnerpaarlut.

## 2. Kalaallit nerisassaataannik nerisarit; akulikitsumik aalisakkanik aalisakkanillu qallersuusianik

Ukiup ingerlaarnera malittariuk aamma immami nunamilu uumasut paarlakaajaakkat. Nunatta paarnai naatitaalu atortakkat.

Ullup qeqqasiornermi aamma aalisakkanit qallersuusiat atortakkat.

## 3. Paarnanik naatitanillu ullut tamaasa nerisarit

Suliatuleraangavit imaluunniit atuariatuleraangavit paarnamik naatitamilluunniit nassartarit. Kissartunik nerinermi tamatigut naatitanik akoqartinnissaat ileqqunngortiguk. Paarnat naatitallu qerisut nutaatulli pitsaatigipput.

## 4. Iffiukkanik seqummarluttunik sanaanik, issingigassanillu ullut tamaasa nerisarit. Naatsiat, qaqrteqqasut pastallu akulikitsumik pisakkit.

Iffiat iffiukkanik qaqrteqqasut qaarsillarnarupput. Knækbrødit seqummarluttunit sanaat aamma pitsaasuupput. Qaqrteqqasut, pastat naatsiillu kissartunik nerinermi paarlakaajaartakkat.

## 5. Eqqarsarluarlutit orsutorarit

Orsoq sipaaruk: Iffiukkap taninnerani tarngut kiliortaruk.

Immuk, immussuaq, neqit qallersuutissallu annikitsumik orsullit toqqartakkat.

Iganermi naasunit margarina imaluunniit naasunit olia atortakkat.

## 6. Sukkunik, mamakujuttunik, chipsinik kaaginillu annikinnerusumik nerisarit

Sukkoqanngitsumik imaluunniit annikinnerusumik sukkuimmik kaffisortarit tiitortarillu.

Paarnat iffiukkallu mamakujuttunit, chipsinik kaaginillu qaarsillarnarupput.

Sapaatip akunneranut ulloq ataasiinnaq chipsitortarit mamakujuttutortarillu.

## 7. Imermik imertarit – annikinnerusumik saftimik sodavandinillu imertarit

Imeq kuummeersoq imerlu nillarissoq imertaruk.

Saftit sodavandinillu annertuumik sukkuunik akoqarput taamaattumillu piffinni

aalajangersimasuni akuttusuunik atornissaat innersuussutigineqarput.

## 8. Akulikitsumik nerisarit - ingasaannaguli

Ullormut pingasoriarlutit nerisarfinni pingaarnerni nerisarit.

Ullaakkorsiorneq ullormut aallarniutigalugu pitsaasuvoq. Aamma ullup ingerlanerani annikitsukkaarlugit nerisarit, paarnaq imaluunniit naatitaq, knækbrød imaluunniit aalisakkat panertut.

## 9. Ullormut minnerpaamik nal.ak. ataaseq aalasarit

Aalaneq tassaasinnaavoq pisulluni/sikkilerluni suliatorneq, piniariarneq, eqqiaaneq, timersorneq, arsarujorneq allarpasuillu.

## 10. Suut nerinerlugit eqqarsaatigisaruk

Nerinerlutit ileqqorisatit niuernerneq aallartittarput. Peqqinnartunik pisisarit.

Meeqqatit peqatigalugit igasarit.

Unnukut nerineq ilaqutariinni katersuuffinngortiguk.

# Pisarneq malillugu nerisartakkavut toqqissilluta nerisaannarsinnaavavut?

Amerlanerit.



Kalaallit nerisassaataasa mingutsitsinneqarnerat pillugu oqallinneq.

Nerisassanik peqqinnartunik toqqaassagaanni ilisimasaqarnissaq pisariaqarpoq!

Kalaallit Nunaanni Nerisaqarnermut Siunnersuisoqatigiit 2007

Kalaallit nerisassaataasa mingutsinneqarnerat pillugu oqallinneq  
**Nerisassanik peqqinnartunik toqqaassagaanni ilisimasaqarnissaq  
pisariaqarpoq**

**NERISASSAT ULLUMIKKUT**

Kalaallit ullumikkut nerisarisaat tassaapput pisarneq malillugu nerisassat avataaneersullu, kinguaariinnilu kingullerni arlariinni taamaassimavoq.

Ukiuni kingullerni nerisassat ajornartorsitaasinnaasut alaatsinaaneqarput.

Nerisassat avataaniit tikisitat oqallisigineqarneranni nersussuit perlornerat, salmonella, neqit pisoqaavallaartut, sukkoq annertuallaartoq aammalu nerisassat kissaannagassat naammaannartut tusartarpavut.

Nammitsinnik pisarneq malillugu nerisassaatigut eqqartorneqaraangata avatangiisinit mingutsinneqarnerat, toqunartunissimaneq trikinillu tusartarpavut.

**NERISASSAT PEQQINNARTUT**

Nerisassat peqqinnartut tassaapput nerisassat naammatumik nukissamik, inuussutissanik, vitamininik mineralinillu tunisisartut. Nerisat annertussusaat sunik suliaqarnitsinnut qanorlu aalatigisarnitsinnut naleqquttuussapput.

Pisarneq malillugu nerisartakkavut proteininik akoqarluartuupput, sukkoqarpallaartuunatik aammalu vitaminik mineralinillu pinngitsoorsinnaangisatsinnik akoqarluartuullutik

Nerisarisarnermut innersuussutit qulit Kalaallit Nunaanni nerisarisanut nalinginnaanerusunut naleqqiullugu nerisassat peqqinnartut suunerinik oqaluttuartuupput.

**MINGUTSITSINEQ KALAALIMERNGILLU**

Kalaalimerngit inuussutissanik peqqinnartorpassuarnik akoqarput. Aammali stoffinik mingutsitsinermit pisunik, peqqissutsimut sunnuteqarsinnaasunik akoqarlutik.

Miluumasut imarmiuat orsui – puisit aamma arferit – timmissat imarmiuat sualummik nannut orsui akuutissanik klorinik akulinnik arrortikkuminaatsorujussuarnik akoqarput. Akuutissat tamakku klorinik akullit ataatsimut taaneqartarput ”POP”.

Uumasut imarmiuat miluumasut iloqutaanni neqaannilu aatsitassat oqimaatsut, soorlu kviksølv, cadmium aqerlorlu nassaassaapput. Timmissat amerlasuut aqerlumit sanaat atorlugit pisarineqarsimasut neqaat aqerlumik akoqarput.

Stoffit mingutsinneqarsimasut silarsuarmi sumi tamaneersuupput, immakkut silaannakkullut Issittumut ingerlatinneqartarlutik, immamilu uumasunit katersorneqartarlutik. Stoffit mingutsinneqarsimasut uumasut nerisareqatigiinneratigut annertusiartuinartarput, uumasut mikisut uumasunit anginernit nerineqaraangata, taakkulu aamma sulit annerusunit nerineqaraangata.

Nerisareqatigiinni inuk kingullersaavoq, tassa uumasut imarmiuat angisuut, nannullumi neqaat nerisaratsigit. Taamaalillutik stoffit mingutsinneqarsimasut timitsinniilertarput. Paasineqarsimavoq kalaallit timiminni stoffinik mingutsinneqarsimasunik annertuumik peqartut. Tamanna kalaalimerngit nunanut allanut naleqqiullugit mingutsinneqarsimanerunerannik pissuteqanngilaq, kisiannili kalaallit nunanut allanut naleqqiullugu miluumasut imarmiuat, nannut timmissallu neqaannik iloqutaannilu nerisagarnerusarnerannik peqquteqarpoq. Ulloq manna tikillugu stoffit mingutsinneqarsimasut napparsimassutigineqalersimanerannik naammattuisoqarsimanngilaq, misissuinerilli stoffit mingutsinneqarsimasut inunnut sunnuteqartarnerat takutippaat. Stoffit mingutsinneqarsimasut qanoq inunnut uumasunullu sunnuteqartarnerisa nakkutigineqarnissaat misissorneqarnissaallu pingaartuuvoq. Tamanna anguniarlugu suleqatigiiffik AMAP (Arctic Monitoring and Assessment Program) nunanit issittuneersunit tamanit aammalu Kalaallit Nunaannit peqataaffigineqartoq pilersinneqarsimavoq. AMAP’imi mingutsitsineq malittarineqartuarpoq ajornartorsiutillu takkuttut nutaat misissorneqarluarlutik.

**QANOQ ILIUUSEQARSINNAAVUGUT?**

Stoffit mingutsinneqarsimasut amerlanerit silaannaap immallu ingerlaarnerannit siaruarterneqartarput. Mingutsitsinerup taamaattup akiorneqarniarneranut peqataasariaqarpugut. Aamma silatusaarluta nerisassanik toqqaasinnaaniassagatta ilisimasaqarnissarput eqqanaartariaqarparput. Taamaalilluta pisarneq malillugu nerisarisatta nuannaarutiginerat pigiinnarsinnaavarput.

**Kalaallit Nunaanni nerisagarnermut siunnersuisoqatigiit innersuussutigaat:**

- Kalaalimerngit nerisaannakkit
- Akulikitsumik aalisagartortarit
- Paarnat naatitallu atorluakkit
- Allanngorartunik nerisarit, neqit uumasunit assigiinnigitsuneersut paarlakaajaattakkit, sualummik miluumasut nunamiut neqaat
- Naalungissat sivikinnerpaamik arfinilinnik qaammateqalernera tikillugu milutsiguk
- Naartusut milutsitsisullu kalaalimerngit allanngorar-tillugit nerisaannarsinnaavaat, pingaartumilli nannup, arferit kigutillit, timmissat imarmiuat puisillu utoqqaane-rusut neqaat tunuarsimaarfigisariaqarlugu, nerisassat taakku soorlu aalisakkanik miluumasullu nunamiut neqaannik taarserneqarsinnaapput.
- Naartusunut siunnersuutit meeqqanit inuusuttunillu malinneqarnissaat innersuussutigineqarpoq.
- Nerisagarnermut innersuussutit qulit malikkit

Kalaallit Nunaanni nerisagarnermut siunnersuisoqatigiit stoffit mingutsinneqartut pillugit ineriartorneq malittariuarpaat, ajornartorsiullu pillugu siunnersuiuassallutik.