



# NERISAQARTITSINEQ PILLUGU POLITIKKI

meeqquerivinni  
Ukioqanngitsuniit arfinilinnut ukiulinnut



KOMMUNEQARFIK SERMERSOOQ

Peqqinneq, Pitsaluiineq Susasaqartitsivillu  
Meeqganut, Ilaqutariinnut Atuarfeqarnermullu Ingerlatsivik



# I. Tunuliaqutaa

## Sooq meeqqerivinni nerisaqartitsineq pil- lugu politikkeqassava?

Meeqqat ullup ilarujussua meeqqerivinniittarput. Taamaattumik meeraaqkerivinni meeqqerivinnilu nerisassat assiginnjiaartut sassaallutiutigineqartarnisaat pingaaruteqarpooq, nerisat pingaarnerit akunnermiliullugillu tamulugassat.

Nerisat peqqinnartut meeqqat siusissukkut peqqinnartunik nerisalernissaannut iluaqutaasinnaapput. Nerisassat pitsasut eqqortunik inuussutissartallit aamma nereriaatsit pitsasut inuunermi kingusinerusukkut pualavallaarnissamut aamma inuunermi atukkat kingunerisaannik nappaatinut, soorlu uummatip taqarsuisigut nappaatinut, sukkornermut il.il. pitsaaluinermut iluaqutaasinnaapput.

Nerisassat pillugit politikki taanna Kommunejarfik Sermersuumi meeqqerivinni meeqqanut ukioqanngitsuniit arfinilinnut ukiulinnut eqqarsaataavoq. Politikki taanna iluaqutigalugu angajoqqaat meeqqamnik sulallit tunngavilersuutaat aallaavigalugit peqqinnartunik allanngorartunillu nerisinneqartarnissaat qulakkiissavaat.

<sup>7</sup>Najooqqutarineqartoq: Inussuk, arktisk forskningsjournal 2004

## Tassa imaappoq ma- tuma ataani siunner- suutinik:

1. Meeqqap nukimmik atuinissamini pisariaqartitai piffissami meeqqerivimiinnermi pisussaataitaavai.
2. nerisitsinerni meeraaqqanut nerisassatut peqqinnissaqarfimmiut siunersuutaat malinneqassapput.
3. Meeqqap ineriaortornera eqqarsaati galugu nerisassanik sassaallertoqartassaaq.
4. Nerisassat sassaallutiutigineqartut assiginnjiaartuussapput ajornangipallu kalaalimerngit ilanngunneqartassallutik.
5. Nerinissamut tunngatillugu meeqqap-ukiuinut naleqquttumik suliassanut ilaatinneqassaaq.
6. Meeqqat nerisaat meeqqat inuttut piginnaasaqarnissamik ilikkagassaannut iluaqutaassapput.
7. Nerisassat immikkut ittu peqqissartunullu nerisassat nakorsamit uppernarsaaserneqarsimassapput.
8. Meeqqerivimmi sapaatit akunnikkuuttaartumik nerisassatut pilersaariit allagarsiinikut sapinngisamik angajojqqaanut ilisimatitsissutigineqartasapput.
9. Nerisassat nerisitsisarnerillu eqqiluisaarnissat malinneqassapput.





## 2. Akisussaaaffik

Meeqqat nerisaannut inersimasut tamakkiisumik akisussaaaffeqarput. Angerlarsimafinni meeqqat nerisaannut angajoqqaat akisussaapput meeqqerivinnili aqutsisut, igaffimmuit sulisullu meeqqat nerisaannut tamakkiisumik akisussaapput.

Taamaattumik meeqqanut nerisassat akuukkat sassaallutiutigineqarnissaannut aqutsisut sulisullu suliatigut ilisimasariaqaraat pingaaruteqarpoq.

Meeqqerivinni tamani nerisat pillugit ataatsimiititaliorqarnissaa siunnersuutigine-qarsinnaavoq. Taaku tassaasinnaapput angajoqqaat, igaffimmuit aqutsisullu.

Nerisat pillugit ataatsimiititaq politikki taanna aallaavigalugu illoqarfisaminni politikkissaminnik ineriartortitsisinnaapput, assersuutigalugu sukkoqannginnissaa pillugu politikki.

# 3. Siunnersuutit nerisarnissanillu agguataarinerit

Meeqqat ukioqanngitsuniit arfinilinnut ukiullit ullup unnuallu ingerlanerani akutunerpaaamik nalunaqaattap akunnerinut pingasunut agguataakkanik pingasoriarlutik pingaarnernik aamma pingasoriarlutik akunnermiliussanik nerisassapput. Tassa meeqqap aavata sukkoqassusiata patajaatsuunissaa aamma meeqqap kaappallaannginnissa pissutigalugit, tamaalilluni meeraq nerinnginnermini qii-massuseerutinnginniassamat.

## Meeqgerivimmi nerifissat assersuutigalugu imaasinnaapput:

**Nal. 09.30:** Siusissukkut akunnermiliullugu tamulunneq

**Nal. 11.00:** Ulloqeqqasiorneq

**Nal. 14.00:** Akunnermiliullugu tamulunneq

**Nal. 15.30:** Kingusissukkut akunnermiliullugu tamulunneq

Meeqqap nerinermini tamani qaalernissa aamma nerisassat sassaallitutigineqartut immikkut akuugaavallaannginnissaat pingaarteqarpuit. Tassa imaappoq inuusutissat sapinngisamik saligaannerpaat. Kisianni meeqqat qanoq neritigisarnerat assigiinngillat tamatumanili meeqqat atasiakkaat ukiui sammisassaqarsinnaassusiilu aallaavigineqassapput.

## Nerisassat tullinnguut-tut makku pillugit siunnersuuteqarpoq<sup>2</sup>:

- Naatitat naasunillu nerisassat
- Naatsiiat, suaasat pastallu
- Iffiat suaasallu
- Aalisakkat aalisakkanillu qallersuutissat
- Neqi, neqimit qallersuutissat manniillu
- Orsoq
- Immussuit immummillu tunisassiat
- Imigassat imeruersaatillu

*<sup>2</sup>Meeqgerivinni nerisassat peqqinniartut pillugit Inuuusutissaqarnermut aqutsisoqarfimmit - ataatsimut ulloqeqqasiutit – Siunnersuutit isummersuutillu*

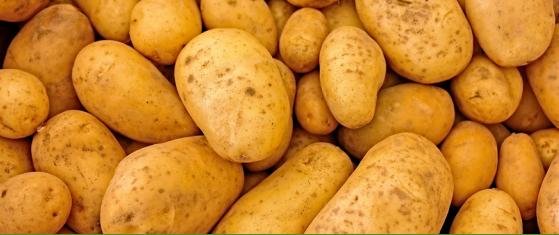
## Naatitat naasunillu nerisassat

nerinermini tamani ilaatinneqartariaqarpuit. Naatitat sequnnerluttut ajornanngippallu naatitat qerititat uusut sassaallitutigisigit. Naatitat assigiinngiaartuunissaat eqqaamajuk.

Meeqqanut pingasut inorlugit ukiulinnut qaqqortarissanik ilivitsunik kigutinillu ilivitsunik aamma naatitanik sequnnerluttunik sassaalleeqinak.

Meeqqanut pingasut inorlugit ukiulinnut paarnaqqat sapaatit akunneranut amerlanerpaanik 50 graminik pisarnissaannut killiliigitsi.

Naatitat assersuutigalugu suaasaliani marsaatitut atukkit.



## Aalisakkat aalisakka-nillu qallersutissat

### Naatsiiat, suaasat pastallu

Kissartunik nerinermi ikinnerpaamik af-  
faanni suaasanut pastanullu taarsiullugu  
naatsiianik sassaallertoqartariaqarpoq.

Suaasartalinnik pastartalinnillu sassaallii-  
nerni karrinit tunisassiat toqqakkit.



### Neqi, neqimit qaller- suutissat manniillu

### Iffiat suaasallu

Sapaatit akunnerani iffiartortarnerit ikin-  
nerpaanik affaanni karrinit iffialianik sas-  
saallertaritsi.

Naatsiartaqanngitsunik. suaasartaqann-  
gitsunik pastartaqanngitsunilluunniit  
kissartunik ulloqeqqasiornerni iffianik  
sassaalliisoqartariaqarpoq .

Sapaatit akunneranut amerlanerpaanik  
ataasiarluni qaqorteqqasunik sassaal-  
lertoqartassaaq aamma qaqorteqqasut  
sassaalliuutigineqarpata karrinit sanaat  
toqqarneqassapput.

Sapaatit akunneranut pingasoriarluni – tallimariarluni kissartunik sassaaller-  
toqartarpat sapaatit akunneranut ataasi-  
arluni aalisakkanik sassaallertoqartari-  
aqarpoq. Nillertunik ulloqeqqasiornerni  
aalisakkanit qallersutissanik sassaaller-  
toqartassaaq.

Aalisakkat pualasut saluttullu aam-  
ma aalisakkanit qallersutissat paarla-  
kaajaattarlugit.



Sapaatit akunneranut ataasiaannarluni  
neqinik sassaallertoqartariaqarpoq,  
meeqqerivimmili sapaatit akunneranut  
pingasoriarluni – tallimariarluni kissartu-  
nik sassaallertoqarpat amerlanerusunik.

Nillertunik nerinermi neqimit mannim-  
miluunniit qallersutissat sassaalliuutigi-  
neqartariaqarput.

Neqi annertunerpaamik 10 gramimik  
orsutalik neqimillu qallersutissanit 100  
gramit toqqakkit.

# Orsoq



## Immussuit immummilu tunisassiat

Sapaatit akunneranut ataasiarluni kisartutornermi nillertutornermilu immussuaq nerisassanut ilangunneqartariaqarpoq. Immussuup 100 gramit akua orsoq 17 gramiussasoq siunnersuutigineqarpoq.

Pisariaqartitsineq malillugu immummik ilangussisoqarsinnaavoq.



Meeqyanut meeraaqgerivimmiiittunut meeqgerivimmiiittunullu orsoq nerinerri tamani ilaatinneqartariaqarpoq. Meeraaqqat ataaseq inorlugu ukiullit nerisassanik nukissaqarluarnartunik peqqittarnissaat pingaaruteqarpoq.

Orsut assigiinngitsut peqqinnartullu soorlu naasunit uulia, plantemargarina aqitosq mayonnaiseluunniit siunnersuutigineqarput.

<sup>3</sup>Paarisa, peqqinnartunik siunnersuutit.  
Meeraaqyanut ukioqannngitsuniit pingasunik  
ukiulinnut nerisassat qupperneq 64

## Meeqyanut imatut utoqqaassusilinnut siunnersuutit:

Qaammatit qulingiluat inorlugit utoqqaassusillit immuliassamik neqeroorfingeqassapput. Immuk kimittuneq nerisassiornermi atorneqarsinnaavoq.

Qulingiluanuit 36-nut qaammatilinnut immummit kimittunermit orsumut 100 gramimit orsoq 10 gram annerpaamik atorneqartariaqarpoq.

36-nik qaammatilinnut (meeqgerivimi meeqyanut) immummit tunisassiat mit 100 gramimit annerpaamik 10 gram toqqakkit

Immummit seernarsisitamit tunisassiat naatitanik akullit pinaveersaarneqassapput, tassami sukkunik akoqarpallaqimata, assersuutigalugu immummit seernarsisitamit yoghurt naatitalik.

# Imigassat imeruersaatillu

Ullup unnuallu ingerlanerani imermik pisariaqartitsineq 1-1½ literiuvoq, meeqqap ukiui aalasarneralu apeqqutallutik.<sup>5</sup>

Nerinerni tamani imermik sassaallertitsi. Nerinerni pingarnerni immummik sassaallertoqarsinnaavoq.

Qaammatit qulingiluat inorlugit qaammatilinnut immuliassaanerusoq.

Qulingiluaniiq aqqaneq-marlunnut qaammatilinnut immuliassaq imaluunniit immuk kimittuneq.

1-3 Ukiut immuk kimikinneq.

Pingasut sinnerlugit ukiulinnut immuk seernarsaatsigaq imaluunniit immuk miksoq.

Imeruersaatit tungusunnitsut meeqqerivimmi sassaallutiginaveersaakkut, soorlu Juice, paarnat isserat sodavandillu.

<sup>5</sup>Paarisa, peqqinnartunik siunnersuutit. Meeraaqqanut ukioqannngitsuniit pingasunik ukiulinnut nerisasanut peqqinnartunut siunnersuutit. Meeqqat sisamaaniit qulinut ukiulinnut qupperneq 30



## Kalaalimerngit

Nerisassat nunatsinneersut atorluarsigit. Pinngortitamit paarnat naatitallu nerisanut akugissallugit pitsasuuupput inuusutissartaqarluaramik.

Uumasut assigjinnngitsut neqaat nikerartumik nerisarsigit nunamilu uumasut neqaat akuttungitsumik toqqartarsigit. Akuttungitsumik aalisagartortarit Aamma panertut soorlu aalisakkat nikkullu.

Nunatta imartaani uumasunit miluumasumit neqit saviminissamik arrortikkuminaatsumik stoffinillu mingutsinneqarsimasinnaasunik akoqarsinnaanerat eqqumafpijuq. Arferit kigutillit, nannut, puisinit utoqqaanerusut timmissanillu imarmiunit neqit atornaveersaakkut. Saviminissat arrortikkuminaatsut stoffinillu mingutsinsinerit puisit orsuini iloquaanilu, timmissat imarmiut, arferit nannullu orsuini nassaassaapput.

Mingutitsinerit saviminissallu arrortikkuminaatsut inuit ataasiakkaat peqqissuasaannut sunniuteqarsinnaapput.<sup>4</sup>

<sup>4</sup>Grønlandske ernæringsråd, forurening og grønlandske mad 2013.



# Taratsut inuussutissal-lu tungusunnitsut

Meeqgerivimmi inuussutissat tungusun-nitsut sassaallitiginaveersaakkit. Tassun-ga ilanngullugu meeqjanut nerisariat-piariikkat, naatitanit suaasat, kiksit il.il.

Inuussutissat sukkullit inuuissiortoqarne-rani aatsaat sassaallitigineqartariaqar-put aamma meeqjanut meeraaqgerivim-miittunut sassaallitigineqassannangillat.

Meeqqat ataaseq inorlugu ukiullit igutsaap sukuutaanik pissangillat tamakkumi toqunartortaqariataarsinnaammata.

Lightinit tunisassianik imaluunniit inuus-tissanik sukkulialtinnik sassaaller-toqassanngisaannarpooq.

»Tunisassianik sukkulalinnik sukkusanik aku-linnik ingammik meeqjanut sassaallertnis-sap tunuarsiamaarfingineqarnissa Inuussutissa-nut aqutsisoqarfimmit siunnersuutigineqarpoq. Peqqissuseq eqqarsaatigalugu inuussutissanik sukkulalinnik nerineq naviananngilaq. Kisiani-ni tunisassiat tamakku sukkulalit akulikip-pallaamik pisaraanni sukkusunni sunginne-qartarpoq. Nerisanik misissuinermi meeqqat sukkutorpallaat nalinginnaasumik peqqin-nannginnerusunik nerisartut takuneqarsin-naavoq. Immummik, naatitanik, aalisakanikan karrinillu sequnnertuulinnik nerisakinnerusar-put. Taamaallutik inuussutissat pitsaner-paamik alliartornissamut ineriertornissamullu pisariaqartitatik nerineq ajorpaat« Inuussutis-sanut aqutsisoqarfik.

Meeqjanut ataaseq inorlugit ukiulinnut nerisassat taratsernaveersaakkit, tassami meeqqat tamakku tartui suli iluamik inerin-nikuuneq ajormata. Aamma meeqjanut ata-aseq sinnerlugu ukiulinnut nalinginnaasumik taratsut nerisasanut ikittuinnaatittakkit.





## 4. Perorsaaneq nerisassanillu ilikkagassat

Meeraq suliluunniit pingatsiingitoq nerisassat aamma sooq peqqinnartunik nerisassaq taama pingaaruteqartiginoersoq pillugit oqaloqatigineqarsinnaalereertarpooq.

Nerisassat suminngaanneersuunersut meeqlamut paasitinniaraanni assersuutigalugu meeqlamerivimmi meeqlat iganernut peqataatinneqarsinnaapput, assersuutit uku takukkit; puisi pilanneqarpoq, aalisagaq nutaaq salinneqarpoq imaluunniit nunianeq. Imminut illersorneqarsinnaasumik nerisassiornermut peqataanikkut meeqlat malugisuttaat ineriaortortinneqartarpuit, assersuutigalugu mamassutsinik attuuanninermillu malugissuttaat aammali ujallut mikinerusut aqunneqarsinnaanerat.

Tamakku saniatigut assersuutigalugu karsinik purløginilluunniit ikkussuinerit meeqlanut nuannersusinnaavoq, tamakku alliaartorne rat meeqlat malinnaaviginisinnavaat nerisasanullu illinnarsaatitut atorsinnaallugit.

Nerilernermermi nerereernermilu aamma allanik piareersaateqartarpooq, soorlu nerrivi-

liorneq, atukkat errugassangortinneri as-sigisaanillu. Tassani aamma meeqlap ukiui ineriaortneraluu aallaavigalugit peqataatin-neqarsinnaavoq.

Piffissani neriffissat aamma qanoq nerreritsiginermut aalajangiisuupput. Nerineq qanoq pingaaruteqartiginoersoq meeqlanut ilikkartinniarlugu sulisut nerrivimmeeqataallutik nereqataasarnissaat pingaaruteqarpoq.

Meeraaqquerivimmi meeqlanut namminneq nerineq suli ilikkarsimannigsut piareersimanerminnik takussutissiarsnissaasa sungiusnissaat pingaaruteqarpoq. Imaassinnaavoq talakkattut nerisassatik tamaasa oqummiutissanagit, kisianni ikoqatigiinnikut tamanna iluatsissaq meerarlui iluatsitsi-nermik misigisaqassalluni.

Meeqlap pinngitsaalillugu nerisinnginnissaai maluunniit mamaagisaanik pinngitsaalillugu nerisinnginnissaai pingaaruteqarpoq. Meeraq nerisassanik nutaanik ussiisinniar-lugu kajumissaaruk.



## 5. Isummersuutit nerisassior- nermilu najoqquassallu

*Meeqqerivimmi nerineqartartut ataatsimoortumik takusinnaajumallugit ullut 14-it in- gerlaneranni meeqqanut suut sassaaliutigineqartarnersut takussutissiorneqarnissaat isumassarsiatlaavoq. Takussutissaq imatut isikkoqarsinnaavoq:*

	ATAASINNGORNEQ	MARLUNNGORNEQ	PINGASUNNGORNEQ	SISAMANNGORNEQ	TALLIMANNGORNEQ
Nal. 09.30	Iffiat sequnnerlukkaat punnillit qallersuusikkallu Paarnat/Naatitat Imeq. Iffiat assigiinn-gitsukkuutaarlugit Naatitat assigiinngit-sukkuutaarlugit	Iffiat sequnnerlukkaat punnillit qallersuusikkallu Paarnat/Naatitat Imeq. Iffiat assigiinn-gitsukkuutaarlugit Naatitat assigiinngit-	Iffiat sequnnerlukkaat punnillit qallersuusikkallu Paarnat/Naatitat Imeq. Iffiat assigiinn-gitsukkuutaarlugit Naatitat assigiinngit-	Iffiat sequnnerlukkaat punnillit qallersuusikkallu Paarnat/Naatitat Imeq. Iffiat assigiinn-gitsukkuutaarlugit Naatitat assigiinngit-	Iffiat sequnnerlukkaat punnillit qallersuusikkallu Paarnat/Naatitat Imeq. Iffiat assigiinn-gitsukkuutaarlugit Naatitat assigiinngit-
Nal. 11.00	Naatsiat. Aalisakkat Aalisakkat assigiinn-gitsukkuutaarlugit Naatitat. Naatitat assigiinnitsukkuu-taarlugit. Imeq	Suasat. Neqit Neqit assigiinnit-sukkuutaarlugit Ussik/puuluki/ savaaraq Naatitat. Imeq	Naatsiat Kalalimerngit* Naatitat Imeq	Pasta. Neqit Neqit assigiinn-gitsukkuutaarlugit Ussik/puuluki/ savaaraq Naatitat. Imeq	Iffiaq Qallersuutissat assigiinnitsut, taakkunannga ataaseq aalisakkameersog Naatitat. Imeq
Nal. 14.00	Iffiat sequnnerlukkaat Qallersuutissat Naatitat. Paarnat Imeq	Yoghurt naturel Naatitat nutaat Iffiaq aserortigaaq Imeq	Nammineq iffiukkatt Iffiat sequnnerlukkaat Iffiaq/boller Naatitat. Imeq	Suppit Iffiat sequnner-lukkaat Imeq	Nammineq iffiukkatt Iffiat sequnnerlukkaat Iffiaq/boller Paarnat. Imeq
Nal. 15.30	Iffiat sequnnerlukkaat Knækbrødit tanittakkanik qallersuutilerlugit m/smørepålæg Paarnat/Naatitat Imeq	Iffiat sequnnerlukkaat Knækbrødit tanittakkanik qallersuutilerlugit m/smørepålæg Paarnat/Naatitat Imeq	Iffiat sequnnerlukkaat Knækbrødit tanittakkanik qallersuutilerlugit m/smørepålæg Paarnat/Naatitat Imeq	Iffiat sequnnerlukkaat Knækbrødit tanittakkanik qallersuutilerlugit m/smørepålæg Paarnat/Naatitat Imeq	Iffiat sequnnerlukkaat Knækbrødit tanittakkanik qallersuutilerlugit m/smørepålæg Paarnat/Naatitat Imeq

\*Kalaalimerngit assigiinnitsukkuutaarlugit aamma saviminissat arrortikkuminaatsut mianersuussigit

# Nerisassiornermut najoqqtassanut nerisassa-nullu pilersaarutinut isumassarsiorfissat:



[altomkost.dk/publikationer/publikation/pub/vis/publication/det-faelles-frokostmaaltid](http://altomkost.dk/publikationer/publikation/pub/vis/publication/det-faelles-frokostmaaltid)



[altomkost.dk/publikationer/publikation/pub/vis/publication/glad-mad-i-boerne-maver](http://altomkost.dk/publikationer/publikation/pub/vis/publication/glad-mad-i-boerne-maver)

The screenshot shows the Arla.dk website. On the left, there's a sidebar with links to 'Arla.dk', 'Oplysninger', 'Præmier', and 'Diverse'. The main content area features a large image of a dish with the text 'Kærligheds-Køkken' and 'LÆKRE OPSKRIFTER UDVIKLET OG APPROVET AF ARLA'. Below this, there's a search bar with 'Søg i opskrifter' and a magnifying glass icon. At the bottom, there's a section titled 'OPSKRIFTER' with four small images of different dishes: 'Spred og frisk rebusæt', 'Åbnekage med ingefær og kandernonne', 'Hurtig kartoffelsuppe med savenbrød', and 'Pasta med røget laks'.

[arla.dk/opskrifter](http://arla.dk/opskrifter)

The screenshot shows the peqqik.gl website. The header includes 'peqqik.gl' and 'Dine opskrifter nu i en app!'. Below this is a search bar with 'Søg på Sømmedelkosten'. The main content area has a yellow banner with 'Mad- og måltidspolitik i skoler og fritidshjem'. To the right, there are buttons for 'SEND TIL VEN', 'GENDER PÅ', and 'EMBED'. Below this, there's a section titled 'De tilhørende opskrifter - vælgning til sekundær' with a small image of a book.

[peqqik.gl/Emner/Livsstil/Kost/GodeRaaadOmKost/Mad\\_og\\_maaltidspolitik\\_i\\_skoler\\_og\\_fritidshjem.aspx?sc\\_lang=kl-GL](http://peqqik.gl/Emner/Livsstil/Kost/GodeRaaadOmKost/Mad_og_maaltidspolitik_i_skoler_og_fritidshjem.aspx?sc_lang=kl-GL)

# 6. Atuagaatit nagitaatillu

## Paarisa aamma inuussutissat pillugit siunnersisoqatigiit 2012

Meeraaqanut ukioqangnitsuniit pingasunik ukiulinnut nerisassat peqqinnartut pillugit siunnersuutit. Siullermeerluni naqitaq naqinnejartoq siulleq 2012

## Inuussutissat pillugit siunnersisoqatigiit 2005

Meeqyanut sisamaniit qulinut ukiulinnut nerisassat peqqinnartut aalasarnerillu pillugit siunnersuutit. Siullermeerluni naqitaq naqinnejartoq siulleq 2005

## Quppersagaq

Kalaallit Nunaanni Inuussutissat pillugit Siunnersisoqatigiit 2013

Mingutsitsineq kalaallillu nerisassaataat

## Kalaallit peqqissusiat

INUSSUK – Arktisk forskningsjournal 1, 2004  
[si-folkesundhed.dk/Udgivelser/B%C3%B8ger%20og%20rapporter.aspx](http://si-folkesundhed.dk/Udgivelser/B%C3%B8ger%20og%20rapporter.aspx)

## Inuussutissanik aqutsisoqarfik Nerisassat tamaasa pillugit

Ataatsimut ulloqeqqasiutit – meeqterivinni meeqyanut nerisassatut peqqinnartutut siunnersuutit isummersuutillu

## ©Inuussutissat pillugit aqutsisoqarfik 2009

Siullermeerluni naqitaq august 2009  
[altomkost.dk/publikationer/publikation/pubvis/publication/det-faelles-frokostmaaltid](http://altomkost.dk/publikationer/publikation/pubvis/publication/det-faelles-frokostmaaltid)

Meeraaqanut meeqyanullu nerisassat – alussaammik nerisassaniit ilaqtariit nebrisassaannut Naqinnejartoq siulleq, 2015

16. Peqqisutsimut Aqutsisoqarfik aamma Inuussutissat pillugit Aqutsisoqarfik 2015  
[altomkost.dk/publikationer/publikation/pubvis/publication/mad-til-spaedboern-og-smaaboern-fra-skemad-til-familiemad](http://altomkost.dk/publikationer/publikation/pubvis/publication/mad-til-spaedboern-og-smaaboern-fra-skemad-til-familiemad)

## Inuussutissanik aqutsisoqarfik Nerisassat tamaasa pillugit

Nerisassat, nerisarerit aalasarnerillu – meeqterivimmieq peqqissuseq pillugu perorsaanermi peqqissuseq

## ©Inuussutissat pillugit aqutsisoqarfik 2009

Siullermeerluni naqitaq august 2009  
[altomkost.dk/publikationer/publikation/pubvis/publication/mad-maaltider-og-bevaegelse](http://altomkost.dk/publikationer/publikation/pubvis/publication/mad-maaltider-og-bevaegelse)

## Inuussutissanik aqutsisoqarfik Nerisassat tamaasa pillugit

Meeqyat aqajaruanneq nerisat mamartut  
© Inuussutissat pillugit aqutsisoqarfik, 2010.  
1. Naqinnejartoq siulleq, 2010  
[altomkost.dk/publikationer/publikation/pubvis/publication/glad-mad-i-boernemaver](http://altomkost.dk/publikationer/publikation/pubvis/publication/glad-mad-i-boernemaver)

## Inuussutissanik aqutsisoqarfik Nerisassat tamaasa pillugit

Ulloqeqqasiutssatut siunnersuutit. Meeqterivinni Meeqyanut inuussutissat pitsasut  
[altomkost.dk/publikationer/publikation/?tx\\_fvmpubdb%5BdataSheet%5D=55&cHash=8d39de67f1abc876a91ab4e8c4f3bf26](http://altomkost.dk/publikationer/publikation/?tx_fvmpubdb%5BdataSheet%5D=55&cHash=8d39de67f1abc876a91ab4e8c4f3bf26)

## Naalakkersuisut 2013-2019-immi periusissat aamma innuttaasut peqqissusiat pillugit anguniakkat

Inuuneritta II  
[peqqik.gl/Emner/Livsstil/Inuuneritta/Inuuneritta.aspx](http://peqqik.gl/Emner/Livsstil/Inuuneritta/Inuuneritta.aspx)

## Inuussutissanik aqutsisoqarfik Nerisassat tamaasa pillugit

Angerlarsimaffinni meeqyanik paarsartuni nerisassat  
© Inuussutissat pillugit aqutsisoqarfik, 2011, naqinnejartoq siulleq, 2011 1.  
[altomkost.dk/publikationer/publikation/pubvis/publication/mad-i-dagplejen](http://altomkost.dk/publikationer/publikation/pubvis/publication/mad-i-dagplejen)