



Nunat Avannarliit Killiit Siunnersuisoqatigiiffiata kaammattuutit aalajangersagaanik nr. 2/2023-mik Inatsisartut ilaliinissaannik siunnersuut

Nunat Avannarliit Killiit Siunnersuisoqatigiiffiata Savalimmiuni, Kalaallit Nunaanni Islandimilu naalakkersuisunut kaammattuutigaa najukkani nunanilu avannarlerni killerni nerisat nikerartuunissaannut pyramidimit ataatsimoorussamik pilersitsinissamut, tassungalu ilanngullugu nalunaarusiami Nordic Nutrition Recommendations 2023-mi kaammattuutininik piviusungortitsisinnaanermut periarfissanik misissuequllugit.

(Aallartitat siulittaasuat Doris Jakobsen Jensen)

(Siullermeerneqarnera aappassaaneerneqarneralu)

Qujanaq Nunat Avannarliit Killiit Siunnersuisoqatigiiffiani aallartitat siulittaasuannut siunnersuuteqarneranut.

Raajat. Qalerallit. Saarullit. Tuttut. Umimmaat. Paarnat. Savat. Naatsiiat. Suaasat. Mattak. Taajugassarpassuaqaraluarpunga nunatsinni nerisarisartakkatsinnik mamartorsuarnik, uanili unitsikkallarpara, nererusuppallaalnginninni.

Demokraatit najukkami kalaallit nerisassaataanut nerisat nikerartuunissaannut pyramidimit sananissamik isuma aammalu nunat avannarliit killiit peqatigalugit sanasoqassasoq.

Sunimmi nerisaqarnerput asuliinnaangilaq. Peqqinnartunillu nerisaqarnissatsinnut pitsaanerusariaqarpugut. Aallarniutaasinnaalluarput nerisat kalaalimernit mamarluinnartut. Najukkami nerisat nikerartuunissaannut pyramideqarnerup nerisassaatigut pitsassuit nittarsaatissavai, taamatullu peqqinnartuninik piujuartitsinermillu inuuneqalernissamut kajumissaataassalluni.

Assersuutitut aalisagaatigut qaleruallillu ersersilaarlakka, proteineqarluartut, aammalu omega-3-fedtsyrenik pingaarutilinnik peqarluartut, qaratsap uummatillu peqqissuunissaanut pingaaruteqarluinnartuninik. Paarnaatigut, aasakkut nuniattakkagut qaassunilernaveeqquteqarluarlutillu vitamiiineqarluartut.

Taakku saniatigut puigussanngilagut, najukkani nerisat ukkatarineqarnerulernerisa pisiassanik tikisitsinissamut pisariaqartitsineq millisassammagu, CO₂-millu aniatitsineq angallanneqarnerannut atasumik aniatinneqartartoq annikillisarlugu. Aammattaaq aningaasarsiornitsinnut iluaqutaassaaq najukkani nunaateqarnerup aalisarnerullu siuarsarneratigut, aammalu piujuartitsinerusumillu nerisassanik pilersuineq pilersinneqarluni ullumimut siunissamullu.

Tamanna tunngavigalugu siunnersuutip akuerineqarnissaa innersuussutigaarput.



DEMOKRAATIT
DEMOKRATERNE