

## Ajornaatsut nammineq iliuuserisinnaasatit

Avatangiisit aningaasaateqarnerlu eqqarsaatigalugit iliuuseqarnissaq tamanut ajornaatsuuvoq. Aamakku angerlarsimaffissinni nammineq qitornassilu pilertortumik iliuuserisinnaasasi. Siunnersuutit ajornaatsut malikkukkit aningaasarpasuit sipaalertorsinnaavatit. Siunnersuutit tamakku angerlarsimaffinnut tamanut iluaqutaapput, uuliamik, innaallagissamik allarluinnarmilluunniit kiassarneq apeqqutaatinnagu.

1. Inimi ataatsimi kiassaait kissarnermut assigiimmut inissikkit.  
*Kiassaait ataaseq allanit kissarneruguni innaallagissamut uuliamullu akisunerussaaq.*
2. Najugassanni silaannarissaatillutit inimi kiassaait tamaasa qamittassavatit.  
*Kiassaait kissassutsimut inissiffigisimasannut inissisimaniarsariuartussavaoq. Silaannaq nillertoq qulimini malugiguniuk "kissassimaarniarluni" kissarnermik atuisorujussuanngussaaq.*
3. Illup iluani atisanik panersaaguit aamma/imaluunniit igaguit ullormut marloriarlutit minutsini tallimani silaannarissaasassaaitit. Taamaalillutit asiunissaq oquttoornissarlu peqqissutsinnut navianartuusut pinngitsoorsinnaavatit. Ilutigitiillugulu kiassarnermik atuinerit annikillisissavat.  
*Illup iluani silaannaap isugutassusiata sapinngisamik appasissimaartinnissaa pingaaruteqarpoq. Kalaallit Nunaanni silami silap isugutannera appasikkaluartoq, illup iluani silaannaq qaffasissumik isugutassinnaalluarpoq.*
4. Imermik sipaarit, kissartoq aamma nillertoq. Imeq atussanngikkukku errortorfimmi uffarfimmilu imeq milissavat.  
*Erngup inunnut atugassap tunisassiarinera akisoorujussuuvoq. Imermik kissaaneq aamma akisoqaaq – uuliamik innaallagissamillu atuinartorujussuuvoq.*
5. Inimit aniguit qullitit qamissavatit.
6. Matut igalaallu sinaanni kiffiutit misissukkit. Maagaartuussapput qalipanneqarsimassanatillu imaluunniit panertuussanngillat.  
*Panerunik ussiitsuugunillu kiassarneq illumit anigassaaq, illullu kiassarnerani peqqutissaqanngitsumik akisunerulissaaq. Qillertuusaq silikone-mik seqqissaat pisiariuk, kiffiutinullu seqqitsaallutit. Erruummik ipeqanngitsumik allartikkat. Kiffiutit maagaartuartinnaarlugit akuttunngitsumik taamaaliortarit*
7. Tamanit pingaarnerpaaq: Imermik, innaallagissamik kiassarnermillu atuinerit ingerlaavartumik nakkutigiuk.  
*Inoqutigiit amerlanerit qaammammoortumik akiligassiissutinik pissarsisarput. Taamaaliornikkut atuinerit ingasappallaalersimannnginnersoq paasilertorsinnaavat. Qaammammit qaammammut sanilliussillutit asersuussisarit.*

*Rambøll suleqatigalugu suliarineqarpoq*