1

MØRK

2

Hvussu sigur tú frá?

Hví er tað OK at broyta meining?

KENSLUR

3

Hvørjir fordómar eru um tann
rætta mannin og ta røttu kvinnuna?
Og hví heldur tú, at tað er so?

4

Hvat er samtykki?

HEILSA

5

Hvørjar kynssjúkur kennir tú,
og hvussu smitta tær?

6

Hvussu ert tú ein
góð/ur dama/sjeikur?

7

Hví hevur tað týdning, at vit
eru nøgd við okkara kropp?

KROPPUR

8

Er tað OK at deila myndir av øðrum?
Hví?

# KRABBAGÁGGA

Krabbagággan er eitt gott samrøðuamboð til at fáa eitt gott prát um samanhangir millum kenslur og heilsu - bæði likamliga og sálarliga.

Krabbagággan kann brúkast millum nógvar ymiskar partar. Sum dømi kunnu nevnast: ung svara ungum, ung svara vaksnum, vaksin svara ungum o.s.fr.

## HVUSSU FALDAR TÚ KRABBAGÁGGUNA?

1. Legg hesa síðuna (baksíðan) av krabbagágguni uppeftir.
2. Legg pappírið í helvt, breið pappírið út aftur.
3. Legg tað aftur í helvt, soleiðis at tú fært ein kross í miðjuna á pappírinum.
4. Breið pappírið út, og legg hesa síðuna (baksíðuna) uppeftir.
5. Falda tey fýra hornini inn móti miðjuni, so tey koma saman.
6. Vend krabbagágguni við, so tú sært teir átta spurningarnar.
7. Falda aftur tey fýra hornini inn móti miðjuni.
8. Falda nú krabbagágguna um miðjuna, so hon verður til ein lítlan rætthyrning.
9. Sting fingrarnar inn í teir fýra "lummarnar" á krabbagágguni.
10. Nú er krabbagággan klár at brúka.

## HVUSSU SPÆLA TIT VIÐ KRABBAGÁGGUNI?

1. Halt krabbagágguna saman, so bert teir fýra partarnir síggjast.
2. Finn ein makkara, sum skal velja eitt av teimum fýra orðunum.
3. Lat krabbagágguna upp og aftur alt eftir, hvussu nógvir bókstavir eru í orðinum.
4. Bið makkaran um at velja eitt av fýra tølunum, ið eru at síggja í krabbagágguni.
5. Lat krabbagágguna upp og aftur so nógvar ferðir, sum talið vísir. Endurtak hetta einaferð afturat.
6. Bið nú makkaran um at velja eitt tal – fyri triðju ferð – og lyft klaffin upp á talinum, sum makkarin valdi.
7. Les spurningin og lat makkaran svara spurninginum.

Tað ber til at skiftast um at svara spurningum nakrar ferðir, og síðani skifta makkara, so tú fært spælt krabbagágguna við fleiri.

Fólkaheilsuráðið

ABC FYRI SÁLARLIGA HEILSU
Ver virkin Ver saman Ver hugbundin

ANNIJANNI Prent: Føroyaprent svanamerktur prentlutur 541 705