

2

3

4

5

1

Nær gjörði tú okkurt gott fyrri teg?
Hvat gjörði tú?
Hvat ger teg glaða/
glaðan?

Hvat er tað besta,
sum er hent í dag og hví?
Nær gjörði tú okkurt gott fyrri onkran?
Hvat gjörði tú?

Nær ert tú ein góður vinur?
Hvat gleðir tú teg til?

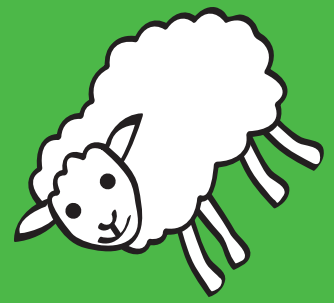
Hvat dámar tær væl at gera og hví?
Hvat er títt stuttligasta minni og hví?

9

ABC
Ver virkin Ver saman Ver hugbúndin
FYRI SALARLIGA HEILSU

8

7



ABC KRABBAGÁGGAN

ABC Krabbagággan er fyri bæði vaksin, ung og børn. Krabbagággan er eitt gott samrøðuamboð, til at fáa eitt gott prát um sálarliga heilsu og trivnað. Hon kann brúkast í nógvum ymiskum samanhangum; í barnagarðinum, flokkinum, millum vinir, til eitt tiltak har eingin kennist, á einum ítróttarliði, í fæðingardøgum ella í familjuni.

HVUSSU FALDAR TÚ KRABBAGÁGGUNA?

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

HVUSSU SPÆLA TIT VIÐ ABC KRABBAGÁGGUNI?

1. Halt krabbagágguna saman, so bert teir fyra littu partarnir síggjast.
2. Bið síðumannin um at velja eina mynd.
3. Lat krabbagágguna upp og aftur alt eftir, hvussu nógv stavilsí eru í orðinum, sum myndin vísir. (Dømi: Lun-di).
4. Bið síðan síðumannin um at velja eitt av fyra 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 síðumannin um at velja eitt tal – fyri triðju ferð – og lyft klaffin upp á talinum, sum síðumaðurin valdi.
7. Les spurningin fyri síðumanninum, og lat síðumannin svara spurninginum.
8. Tað ber til at lita myndirnar á krabbagágguni og tekna hvítu teigarnar, t.d. svarið á spurningunum inni í krabbagágguni.

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



Fólkaheilsuráðið

