

ESSENTIAL WORDS AND PHRASES FOR BEGINNERS ***SPEAK NORSK GUIDE***



STARTING HAS NEVER BEEN EASIER!

This guide gives you a solid foundation in Norwegian vocabulary, covering everything from basic greetings and common expressions to essential questions and responses. With these building blocks, you'll be one step closer to confidently using essential Norwegian words and phrases.

Let's get started on your language journey!

TABLE OF CONTENTS

- COMMON GREETINGS AND PHRASES
- NUMBERS
- DAYS OF THE WEEK
- MONTHS OF THE YEAR
- FAMILY MEMBERS
- COMMON VERBS
- COLORS
- COMMON ADJECTIVES
- COMMON ADVERBS
- USEFUL QUESTION WORDS
- COMMON PREPOSITIONS



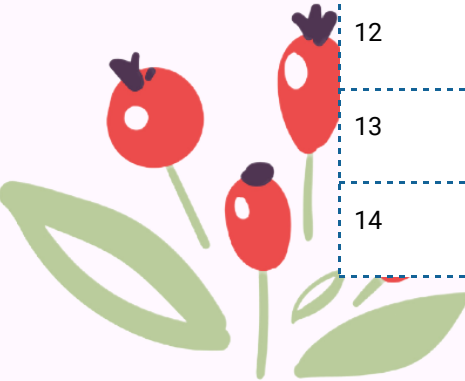
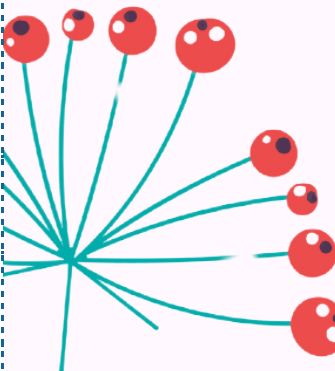
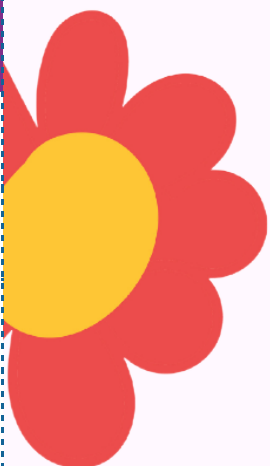
SPEAK NORSK

COMMON GREETINGS AND PHRASES

 Norwegian	 English	Emoji
Hei!	Hello	
God morgen	Good morning	
God ettermiddag	Good afternoon	
God kveld	Good evening	
God natt	Good night	
Hvordan har du det?	How are you?	
Jeg har det bra, takk.	I am fine, thank you	
Hva heter du?	What is your name?	
Jeg heter...	My name is...	
Hyggelig å møte deg.	Nice to meet you	
Ha det!	Goodbye	
Vi ses!	See you!	

SPEAK NORSK

NUMBERS



Number	 Norwegian	Number	 Norwegian
1	en	51	femtién
2	to	52	femtito
3	tre	53	femtitre
4	fire	54	femti fire
5	fem	55	femti fem
6	seks	56	femti seks
7	sju (syv)	57	femti sju
8	åtte	58	femti åtte
9	ni	59	femti ni
10	ti	60	seksti
11	elleve	61	sekstién
12	tolv	62	sekstito
13	tretten	63	sekstitre
14	fjorten	64	seksti fire

SPEAK NORSK

15	femten	65	seksti fem
16	seksten	66	seksti seks
17	syttten	67	seksti sju
18	atten	68	seksti åtte
19	nitten	69	seksti ni
20	tjue	70	sytti
21	tjueén	71	syttién
22	tjueto	72	syttito
23	tjuetre	73	syttitre
24	tjue fire	74	sytti fire
25	tjue fem	75	sytti fem
26	tjue seks	76	sytti seks
27	tjue sju	77	sytti sju
28	tjue åtte	78	sytti åtte
29	tjue ni	79	sytti ni
30	tretti	80	åtti

SPEAK NORSK

31	trettién	81	åttién
32	trettito	82	åttito
33	trettitre	83	åttitre
34	tretti fire	84	åtti fire
35	tretti fem	85	åtti fem
36	tretti seks	86	åtti seks
37	tretti sju	87	åtti sju
38	tretti åtte	88	åtti åtte
39	tretti ni	89	åtti ni
40	førti	90	nitti
41	førtién	91	nittién
42	førtito	92	nittito
43	førtitre	93	nittitre
44	førti fire	94	nitti fire
45	førti fem	95	nitti fem
46	førti seks	96	nitti seks

SPEAK NORSK

47	førti sju	97	nitti sju
48	førti åtte	98	nitti åtte
49	førti ni	99	nitti ni
50	femti	100	hundre

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

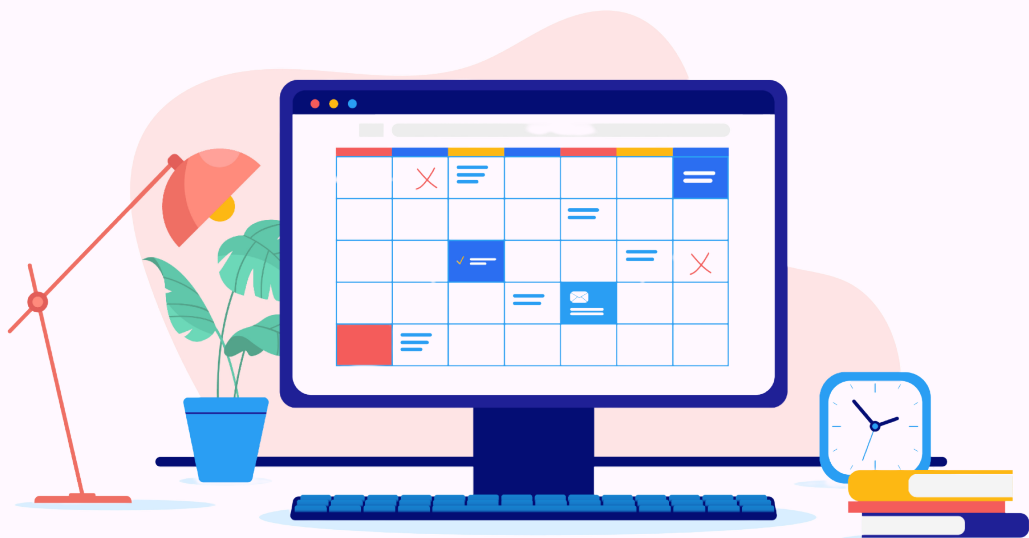
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

SPEAK NORSK

DAYS OF THE WEEK



 Norwegian	 English
mandag	Monday
tirsdag	Tuesday
onsdag	Wednesday
torsdag	Thursday
fredag	Friday
lørdag	Saturday
søndag	Sunday

MONTHS OF THE YEAR

 Norwegian	 English	Emoji
januar	January	❄️
februar	February	❤️
mars	March	🌱
april	April	🌷
mai	May	🌸
juni	June	☀️
juli	July	🌴
august	August	☀️
september	September	🍂
oktober	October	🎃
november	November	🍁
desember	December	🎄



FAMILY MEMBERS

🇳🇴 Norwegian (gender)	🇬🇧 English	Emoji
ei mor (f)	mother	👩
en far (m)	father	👨
foreldre (pl)	parents	👨👩
ei søster (f)	sister	👧
en bror (m)	brother	👦
ei bestemor (f)	grandmother	👵
en bestefar (m)	grandfather	👴
et barn (n)	child	👦
en søn (m)	son	👦
ei datter (f)	daughter	👧



SPEAK NORSK

COMMON VERBS

🇳🇴Norwegian Infinitive	Present Tense	Past Tense	🇬🇧English	Emoji
å være	er	var	to be	✅
å ha	har	hadde	to have	👐
å gjøre	gjør	gjorde	to do	✓
å si	sier	sa	to say	🗣️
å gå	går	gikk	to go	🚶
å komme	kommer	kom	to come	🚶
å se	ser	så	to see	👁️
å vite	vet	visste	to know	🤔
å ta	tar	tok	to take	👐
å få	får	fikk	to get	📦
å gi	gir	ga	to give	📦
å finne	finner	fant	to find	🔍
å bruke	bruker	brukte	to use	🔧
å tenke	tenker	tenkte	to think	💭

SPEAK NORSK

å tro	tror	trodde	to believe	🙏
å mene	mener	mente	to mean	💬
å spørre	spør	spurte	to ask	?
å like	liker	likte	to like	👍
å elske	elsker	elsket	to love	❤️
å arbeide	arbeider	arbeidet	to work	👷
å spille	spiller	spilte	to play	⚽
å leve	lever	levde	to live	🌱
å lære	lærer	lærte	to learn	📚
å skrive	skriver	skrev	to write	✍️
å lese	leser	leste	to read	📖
å høre	hører	hørte	to hear	💡
å snakke	snakker	snakket	to speak	💬
å prøve	prøver	prøvde	to try	🔄
å starte	starter	startet	to start	🏁
å slutte	slutter	sluttet	to stop	🛑

SPEAK NORSK

å hjelpe	hjelper	hjalp	to help	
å trenge	trenger	trengte	to need	
å forstå	forstår	forsto	to understand	
å forklare	forklarer	forklarte	to explain	
å møte	møter	møtte	to meet	
å velge	velger	valgte	to choose	
å vente	venter	ventet	to wait	
å kjøpe	kjøper	kjøpte	to buy	
å selge	selger	solgte	to sell	
å reise	reiser	reiste	to travel	
å sove	sover	sov	to sleep	
å våkne	våkner	våknet	to wake up	
å spise	spiser	spiste	to eat	
å drikke	drikker	drakk	to drink	
å bade	bader	badet	to bathe	
å kjenne	kjenner	kjente	to feel	

SPEAK NORSK

å gråte	gråter	gråt	to cry	😭
å smile	smiler	smilte	to smile	😊
å le	ler	lo	to laugh	😂
å lage	lager	laget	to make	🔧



SPEAK NORSK

COLORS



 Norwegian	 English	Emoji	Example	Translation
rød	red	🔴	en rød bil	a red car
blå	blue	🔵	en blå himmel	a blue sky
gul	yellow	🟡	en gul blomst	a yellow flower
grønn	green	🟢	et grønt tre	a green tree
svart	black	⬛	en svart katt	a black cat
hvit	white	⬜	en hvit skjorte	a white shirt
grå	gray	⬜	en grå himmel	a gray sky
brun	brown	🟤	en brun stol	a brown chair
oransje	orange	🟠	en oransje appelsin	an orange orange
rosa	pink	🎀	en rosa kjole	a pink dress

SPEAK NORSK

COMMON ADJECTIVES



 Norwegian	 English	Emoji	Example	Translation
stor	big		en stor hund	a big dog
liten	small		et lite hus	a small house
god	good		en god bok	a good book
dårlig	bad		en dårlig dag	a bad day
vakker	beautiful		en vakker blomst	a beautiful flower
stygg	ugly		en stygg genser	an ugly sweater

SPEAK NORSK

gammel	old	👴	en gammel mann	an old man
ny	new	🆕	en ny bil	a new car
rask	fast	⚡	en rask bil	a fast car
langsom	slow	🐢	en langsam skilpadde	a slow turtle
varm	warm	🔥	en varm dag	a warm day
kald	cold	❄️	en kald natt	a cold night
høy	tall	🌲	et høyt fjell	a tall mountain
lav	short	🏠	et lavt hus	a short house
tung	heavy	🏋️	en tung veske	a heavy bag
lett	light	🎈	en lett bok	a light book
sterk	strong	💪	en sterk mann	a strong man
svak	weak	😓	en svak pasient	a weak patient
rik	rich	💰	en rik person	a rich person
fattig	poor	💵	en fattig familie	a poor family



COMMON ADVERBS

 Norwegian	 English	Emoji	Example	Translation
alltid	always		Jeg er alltid tidlig.	I am always early.
aldri	never		Jeg kommer aldri for sent.	I am never late.
ofte	often		Jeg trener ofte .	I exercise often.
sjelden	rarely		Jeg spiser sjelden dessert.	I rarely eat dessert.
noen ganger	sometimes		Jeg går noen ganger på kino.	I sometimes go to the cinema.
snart	soon		Jeg kommer snart tilbake.	I'll be back soon.
allerede	already		Jeg har allerede spist.	I have already eaten.
akkurat	just		Jeg kom akkurat hjem.	I just got home.
igjen	again		Jeg vil gjøre det igjen .	I want to do it again.
fremdeles	still		Jeg er fremdeles sulten.	I am still hungry.
ennå	yet		Har du ikke gjort det ennå ?	Have you not done it yet?
ganske	quite		Det er ganske kaldt ute.	It is quite cold outside.
veldig	very		Jeg er veldig glad.	I am very happy.
litt	a little		Jeg er litt trøtt.	I am a little tired.

SPEAK NORSK

mye	a lot	🧑	Jeg har mye arbeid å gjøre.	I have a lot of work to do.
her	here	📌	Jeg er her nå.	I am here now.
der	there	📌	Jeg ser deg der .	I see you there.
hjemme	at home	🏠	Jeg er hjemme i kveld.	I am at home tonight.
ute	outside	🌳	Vi skal gå ute .	We are going outside.
inne	inside	🏠	Vi skal være inne i dag.	We are staying inside today.



USEFUL QUESTION WORDS



 Norwegian	 English	Emoji	Example	Translation
hvem	who	?	Hvem er det?	Who is it?
hva	what	?	Hva gjør du?	What are you doing?
hvor	where	📍	Hvor bor du?	Where do you live?
når	when	🕒	Når kommer du?	When are you coming?
hvorfor	why	😞	Hvorfor er du trist?	Why are you sad?
hvordan	how	🤔	Hvordan har du det?	How are you?
hvilken	which (m/f)	vs	Hvilken bok leser du?	Which book are you reading?
hvilket	which (n)	vs	Hvilket hus er ditt?	Which house is yours?

SPEAK NORSK

hvilke	which (pl)	vs	Hvilke bøker liker du?	Which books do you like?
hvor mye	how much	\$	Hvor mye koster det?	How much does it cost?
hvor mange	how many	1 2 3 4	Hvor mange søsken har du?	How many siblings do you have?
hvor lenge	how long		Hvor lenge blir du?	How long are you staying?
hvor ofte	how often		Hvor ofte trener du?	How often do you exercise?
hvor gammel	how old		Hvor gammel er du?	How old are you?
hvor langt	how far		Hvor langt er det til skolen?	How far is it to the school?
hva slags	what kind		Hva slags mat liker du?	What kind of food do you like?



COMMON PREPOSITIONS

 Norwegian	 English	Emoji	Example Sentence	Translation
i	in		Boka er i sekken.	The book is in the backpack.
på	on		Boka ligger på bordet.	The book is on the table.
under	under		Katten er under sengen.	The cat is under the bed.
over	over/above		Lampen henger over bordet.	The lamp hangs above the table.
ved siden av	next to		Hunden sitter ved siden av meg.	The dog sits next to me.
mellom	between		Bilen står mellom husene.	The car is parked between the houses.
foran	in front of		Han står foran huset.	He is standing in front of the house.
bak	behind		Sykkelen er bak garasjen.	The bicycle is behind the garage.
ved	by/at		Vi møtes ved statuen.	We meet by the statue.
fra	from		Jeg kom fra skolen.	I came from school.
til	to		Jeg går til butikken.	I am going to the store.

SPEAK NORSK

med	with		Jeg er her med vennen min.	I am here with my friend.
uten	without		Jeg drikker kaffe uten sukker.	I drink coffee without sugar.
om	about		Vi snakker om filmen.	We are talking about the movie.
gjennom	through		Vi gikk gjennom parken.	We walked through the park.
rundt	around		Vi kjørte rundt byen.	We drove around the city.
etter	after		Jeg kom hjem etter skolen.	I came home after school.
før	before		Vi spiser før vi drar.	We eat before we leave.
av	by/of		Bildet er malt av en kjent kunstner.	The painting is by a famous artist.
mot	against/towards		Han lente seg mot vegg.	He leaned against the wall.



Want to learn more?
Check out our online courses!



Scan me



C1

Proficient



B2

Advanced intermediate



B1

Intermediate



A2

Advanced beginner



A1

Beginner



A0

Basic



START

