

Ataatsimoorluta angusaqarnerussaagut Sammen kan vi meget mere



NAALAKKERSUISUT
GOVERNMENT OF GREENLAND



ISUMAGINNINNERMUT
AQUTSISOQARFIK
SOCIALSTYRELSEN



Aviisi paasissutissiissut Paarisa-mit saqqummersinneqartoq
Informationsavis udgivet af Paarisa



PERNILLE ANE EGEBOEK

Ataatsimoornerup nukinga

Inuiattut ataatsimuussaagut avissaartuunata. Neriuppunga "Gå væk kræft" nunatsinni sumiikkaluaruttaluunniit ataatsimoorluta katersuunnissatsinnut aqquataaqataasinnaasoq.

Taama oqarpoq Jan Erik Pedersen, Nuummi Quassussuup qaanut pisuttuarnissamik 6.000-inik amerlanerusunut isumassarsititsisimasooq. Periuseq pisariilunilu eqqaamajuminarpoq: Marlunngornikkut unnuut tamaasa katersuullutik pisuttuaqatigiittarput. Tassaasinnaavoq qaqqap qaanut imaluunniit najukkami angalaarlutik. Isumassarsiaq Qaqortumut, Kangerlussuarmut, Sisimiunut, Ilulissanut Qeqertarsuarmullu tuniluutereersimavoq,

allat kajumissutsiminnik siuttuullutik tamanut perusuttunut pisuttuarnernik aqqissuullutik.

Ilisimatuussutsikkut pissutsit pingasut nasuiarneqarsimapput, pitsaasumik inuunegassagaanni aalajangiisuusut pisariartutut isigineqartut. Pilluarnissamut aalajangiisuusunik aamma taaneqartarput, tassaapullu allanut iliuuseqarneq, allanut attaveqarneq kiisalu timikkut anersaakkullu inuunerinnissaq. Taamaattumillu eqqu-miiginarsinnaanngilaq nuannisarluunniit allat asimi pisuttuaqatigalugit, eqqarsaatersornissamut, oqaloqatigiinnissamut illaqatigiinnissamullu piffissaqarluni nuannertassusia. Tamanna inuunermi pineqarpoq.

Nuummi Jan Erik Pedersen, Narsami Bolethe Stenskov Ilulissanilu Lena Ravn Davidsen tamarmik immikkut najukkami sammisaqatigiilluni ataatsimoornissa-

mik amerlasuunut kaammattuutaasimapput. Kajumissutsiminnik suliniuteqarnerat nersunarpoq allanullu kajungilersitsillaqunaqaluni, assigalugit kajumissutsimik sulilernissamut. Taamaallaammi ilungersorluni sulinerunngilaq. Aamma pissarsinartupilussuavoq, misigisatut immikkuullarissutut, attaveqalernerpassuurtut allanilu immikkut attaveqalernikkut utertartoq.

Pinaveersaartitsinermik ingerlatsiviup Paarisap Inuuneritta III malillugu sulivoq, tassani ataatsimoorluni sulinissamik aallaaveqartumik inuit ataasiakkaarneranniit, maani Nunatsinni sumiiffinni nukiit aallaavigalugit. Allat peqatigalugit allanguinissaq pineqarpoq. Tassaasinnaavoq ataatsimoorluni klassemiittut angajoqqaavinik isumaqatigiissuteqarneq imaluunniit nunaqarfimmi mikinerusumi meeqqat inuusuttullu atugaasigut innuttaasut akornanni isumaqatigiissuteqarnerit. Qaquguk-

kut innassappat? Qinngasaarineq, pujortarneq imigassartornerlu qanoq pissavavut? Ataatsimoorangatta nukittunerusarpugut oqaatiginiagarpullu ersarinnerulluni. Ersarissumillu oqaaseqarneq siunnerfiillu ersarissut inuusuttortatta pisariaqartippaat inersimasutut peqqillutik, aalallutik pilluarlutillu inuunissaminni. Matumani nukiit pitsaasut tamarmik pisariaqartinneqarput, soorlu Nuummi ilinniarnertuunngorniartut sapiitsut Paarisap misilutitut suliniutaani "Inuusuttumiit inuusuttumut", 8. klassini atuartut peqqinnartumik atoqateqariaaseq, timip sananeqaataa, kinguaassiutitigut nappaatit atoqatigiinnerlu pillugit oqaloqateqartut.

Ataatsimoorluta kivitsinissarput pingaartuuvoq.

PEQQISSUUNEQ PILLUGU SAMMISAQ / SUNDHEDSTEMA

Aviisi paasissutissiissut Paarisas
saqqummersinneqartoq
Informationsavis udgivet af Paarisas

Ataatsimoorluta
angusaqarnerussaagut

Sammen kan vi meget mere

Akisussaasut / Ansvarshavende:
Pisortaq/Direktør
Direktør Chr. Schultz-Lorentzen
Mediehuset Sermitsiaq.AG

Aqqissuisoqarfik | Redaktion:
Trine Juncher Jørgensen
Ea Cecilie Aidt

Tuniniaanermi
immikkoortortaqarfik | Annoncer:
annoncer@sermitsiaq.AG

Nutserisoq | Oversætter
Benedikte Thorsteinsson

Suliarinnittoq | Produktion
Linda L. Rachlitz,
tlf.: 38 39 75, linda@sermitsiaq.AG

Naqiterneqarfia | Tryk
Trykkeriet – Nordvestsjælland
Microvej 4
4300 Holbæk

Styrken i fællesskabet

Vi skal samles og ikke splittes som folk. Jeg håber, at "Gå væk kræft" kan være med til at samle os i aktive fællesskaber, uanset hvor vi er henne i landet.

Sådan siger Jan Erik Pedersen, der har inspireret mere end 6.000 til at vandre med til toppen af Quassussuaq (Lille Malene) i Nuuk. Konceptet er enkelt og til at huske: Hver tirsdag aften mødes vi og går en tur sammen. Det kan være op til toppen af et fjeld eller en rundtur i lokalområdet. Ideen har allerede spredt sig til Qaqortoq, Kangerlussuaq, Sisimiut, Ilulissat og Qeqertarsuaq, hvor andre frivillige går forrest og arrangerer ture for alle, der vil med.

Videnskaben har defineret tre forhold, der anses for nødvendige forudsætninger for et godt liv. De kaldes også for lykkefaktorer, og de tre faktorer er, at gøre noget for andre, at have social kontakt med andre og endelig at holde sig fysisk og åndeligt i gang. Og derfor er det ikke så mærkeligt,

at man får det dejligt af at gå en tur sammen med andre i naturen, hvor der både er tid til refleksion, eftertanke, samtale og et befriende grin. Det er i høj grad, hvad livet handler om.

Jan Erik Pedersen i Nuuk, Bolethe Stenskov i Narsaq og Lena Ravn Davidsen i Ilulissat inspirerer på hver deres måde flere til at være med i lokale, aktive fællesskaber. Deres frivillige engagement er beundringsværdigt og kan forhåbentlig motivere flere til at tage stafetten op og melde sig under de frivilliges faner. For det er ikke kun hårdt arbejde. Det er også utrolig givende arbejde, der kommer tifold tilbage i form af unikke oplevelser, et vidtforgrent netværk og en særlig forbundethed med andre.

Forebyggelsenheden Paarisas arbejder ud fra folkesundhedsprogrammet Inuuneritta III med en tilgang, der er mere kollektiv orienteret end individ orienteret

med udgangspunkt i lokale styrker og ressourcer. Det handler om at skabe forandringer sammen med andre. Det kan f.eks. være fælles aftaler mellem forældrene i en klasse eller mellem borgerne i en mindre bygd om rammer for børn og unge. Hvor når skal de være i seng? Hvordan forholder vi os til mobning, rygning og alkohol? I fællesskab med andre står vi stærkere, og vores budskab bliver mere klart. Og det er netop det klare budskab og en tydelig retning, som vores unge har brug for, når de skal navigere sig frem mod en sundt, aktivt og forhåbentligt lykkeligt voksenliv. Her er der brug for alle gode kræfter, som f.eks. de modige gymnasielever fra Nuuk, der som en del af Paarisas pilotprojekt "Ung til ung" talte med elever i 8. klasse om seksuel sundhed, anatomi, kønssygdomme og sex.

Det er vigtigt, at vi løfter i flok.



“Inuit allat nuannaartinnissaat
nallerneqarsinnaangilaq.”
“Der er intet som overgår at gøre
andre mennesker glade.”

Rebekka Olsvig



Illit aamma nammineq
kajumissutsinnik suleqataarusuppit?
Vil du også være frivillig?
www.paarisa.gl/frivillighed





Styrken ligger i fællesskabet

Vi skal tage udgangspunkt i de lokale styrker og værdier i det sundhedsfremmende arbejde, siger Paarisas afdelingschef, Tina Evaldsen. – Det handler om at have fokus på det, som vi gerne vil opnå og det, som vi gerne vil have mere af

Af Trine Juncher Jørgensen

Forebyggelsesenheden Paarisa holder i dag til i det gamle hospital i Kolonihavnen.

– Rammen for vores arbejde her i Paarisa er folkesundhedsprogrammet Inuuneritta III. Paarisas vision er at skabe sundhed og trivsel for børn i hele Grønland, og vores kerneopgave er at fremme befolkningens sundhed og trivsel med fokus på børn i samarbejde med relevante aktører. Det sker gennem dialog og partnerskaber og på baggrund af lokale styrker, værdier og behov, siger Tina Evaldsen, der har været afdelingschef i Paarisa i halvandet år, og som oprindeligt er uddannet fysioterapeut og dertil har en sundhedsfaglig kandidatuddannelse.

Paradigmeskift

Tidligere handlede forebyggelsesarbejdet mere om at formidle viden om risikoen ved f.eks. rygning eller alkoholforbrug. I det tidligere folkesundhedsprogram arbejdede man primært med udgangspunkt i KRAM-faktorerne (Kost, Rygning, Alkohol, Motion).

– Livsstilssygdomme har også stor betydning for vores sundhed her i Grønland, men KRAM-faktorerens forebyggelsesmetode er baseret på en mere individorienteret strategi. I Grønland er vores kultur mere kollektivt orienteret, end man er i Danmark. Metoden i Inuuneritta III giver os muligheden for at forebyggelsesindsatserne er tilpasset vores egen kultur og værdier, hvor man tager udgangspunkt i lokale styrker og ressourcer. Denne tilgang er radikal anderledes end det forrige folkesundhedsprogram, siger Tina Evaldsen.

– Ud over at de sundhedsfremmende indsatser bygges op ud fra lokale værdier og styrker, så arbejder vi i partnerskaber. Fordelen ved partnerskaber er, at der er tale om samskabelse, hvor alle parter i gensidig forpligtelse bidrager med viden, ressourcer og erfaringer. Samskabelse er også med til at sikre, at borgerne og vores samarbejdspartnere i kommunerne ikke oplever at beslutningerne bliver taget oppefra og ned, men at de er med til at skabe det, man ønsker at have mere af.

Inuuneritta III-mi periutsimi periarfissaqarpugut pitsaaliuinerimi iliuuserisat nammineq kulturitsinnut naleqartitatsinnullu naleqqussarnissaannut, najukkami nukiit aallaavigalugit. Taamatut periuseqarneq siusinnerusukkut innuttaasut peqqissusaannut suliniutinit allaanerujussuuvog, Tina Evaldsen, pitsaaliuinerimik suliaqartumi Paarisami Nuutoqqami napparsimavitoqqamiittumi pisortaasog, oqarpoq.

Metoden i Inuuneritta III giver os muligheden for, at forebyggelsesindsatserne er tilpasset vores egen kultur og værdier, hvor man tager udgangspunkt i lokale styrker og ressourcer. Denne tilgang er radikal anderledes end det forrige folkesundhedsprogram, siger Tina Evaldsen, der er chef for forebyggelsesenheden Paarisa, der holder til i det gamle hospital i Kolonihavnen.

– Vi skal stadig adressere udfordringerne, men det skal ske gennem en sundhedsfremmende tilgang, hvor fokus er på det vi gerne vil opnå, og på det vi gerne vil have mere af. Vi skal i højere grad se på muligheder fremfor begrænsninger, pointerer Tina Evaldsen.

Med viden følger forpligtelser

Paarisa har allerede indgået et partnerskab med Qeqqata Kommunua, der er meget inspireret af Islandsmodellen, der har fokus på at skabe sunde, inkluderende fællesskaber for unge, hvor forældre og lokalmiljø spiller en stor rolle.

– Vi skal have forældre og lokalmiljø til at engagere sig i børnenes liv. Med skolebørnsundersøgelserne (HBSC) har vi adgang til konkret viden om, hvornår børn f.eks. begynder at ryge og drikke alkohol. Vi har faktisk mulighed for at sætte ind, inden børn begynder at ryge eller drikke. Jo tidligere børn begynder at bruge rusmidler, jo større risiko er der for, at de tager det med i voksenlivet. Og så er det op til forældrene og lokalmiljøet at beslutte sig for, hvad de vil arbejde med.

– Vi skal kigge på, hvad der giver styrke og glæde. Det frigør nemlig ressourcer og øger engagementet og motivationen, som er så vigtigt, hvis vi vil skabe varige forandringer, siger Tina Evaldsen.

Inuuneritta III: Rammen om det gode børneliv

Inuuneritta III er Grønlands tredje folkesundhedsprogram.

Inuuneritta III indeholder oplæg til fire pejlemærker for en samlet tværsektoriel indsats for at fremme trivsel blandt børn i alderen 0-18 år i perioden fra 2020-2030.

1. Mental sundhed. Alle børn skal leve et liv med god mental sundhed og have adgang til sunde og inkluderende fællesskaber, hvor de trives og fungerer godt.
2. En sund start på livet. Alle børn skal have en sund start på livet med tryk og omsorg, der fremmer deres trivsel og udvikling
3. Et sundt og aktivt børneliv. Alle børn skal leve et sundt og aktivt børneliv, der fremmer en sund livsstil og sunde vaner.
4. Alle børn skal have trygge og gode opvækstvilkår, hvor de beskyttes mod vold og overgreb og ikke skades af rusmidler og tobak.

Helt centralt for Inuuneritta III er en tæt dialog mellem alle aktører der har ansvar for børns trivsel og sundhed. Dialogen skal være centreret omkring prioritering af indsatser, konkretisering, implementering, lokale erfaringer og ressourcer med henblik på at øge trivsel og sundhed blandt børn.



Paarisami sulisut nuna tamakkerlugu suliniutinik peqqissuunermut siuarsaataasunik suliaqarput. Medarbejderne i Paarisa arbejder med sundhedsfremmende indsatser over hele landet.

Nukissaq ataatsimoornermiippoq

Peqqissuunissamik suliaqarnitsinni najukkami nukiit naleqartitallu aallaavigissavavut, Paarisami immikkoortortami pisortaq Tina Evaldsen oqarpoq. – Angorusutarput piumanerusarpullu tunaartarisariaqarparput

All. Trine Juncher Jørgensen

Pinaveersaartitsinermik ingerlatsivik Paarisa ullumikkut Nuutoqqami napparsim-mavikuni inissisimavoq.

– Maani Paarisami innuttaasut peqqis-susaannik ingerlataq Inuuneritta III suliniitsinni aallaavigaarput. Paarisap takor-luugaraa nunatsinni tamarmi meeqqat peqqissuunissaat inuunerinnissaallu, suliaassattalu qiteraa innuttaasut peqqis-susaasa inuunerinnissaasalu annertusar-nissaat susasaqartut suleqatigalugit meeqqat qitiutillugit. Tamanna oqaloqati-giinneq peqatigiillunilu sulineq aqqu-tigalugu ingerlanneqassaaq sumiiffinni nu-kiit, naleqartitit pisariaqartitallu tunngavi-galugit, Tina Evaldsen, ukiup aappaata af-faani Paarisami immikkoortortami pisor-taasimasooq timimillu sungiusaasutut ilin-niagaqqaarsimasooq kingornalu qaavatigut peqqissuseq pillugu kandidatit ilinniaq-qissimasooq, oqarpoq.

Ileqqusut allanngortinnerat

Siusinnerusukkut pitsaaliuineramik sulia-qarnermi aarlerinaatillit soorlu pujortar-nerup imigassartortarnerulluunniit ajoqutai pillugit ilisimasaniq siammarte-risoqartarpoq. Innuttaasut peqqissusaan-nut suliniutaasimasuni ingammik nerisat, pujortarneq, imigassaq, timip aalatinnera annermik aallaaviusarput.

– Inooriaatsimik peqquteqartumik nap-paatit aamma maani nunatsinni peqqissut-sitsinnut sunniuteqartupilussuupput, nerisat, pujortarneq, imigassaq, timip aalatin-nera aallaavigalugit pitsaaliuieriaatsimi inuit ataasiakkaarlugit killinniarneqartar-lutik. Kalaallit Nunaanni kulturitsinni ataatsimoorussaanaeruvugut Danmarki-mut sanilliulluta. Inuuneritta III-mi periut-simi periarfissaqalerpugut pitsaaliuiner-mi iliuuserisat uagut nammineq kulturitsin-nut naleqartitatsinnullu tulluarnissaan-nut, sumiiffinni nukittuffiit nukiillu aal-laavigeqarlutik. Taamatut suleriaaseqar-neq siusinnerusukkut innuttaasut peqqis-susaannut suliniutinik allaanerujussuuvog, Tina Evaldsen oqarpoq.

– Peqqinnerulernissamat suliniuteqarne-rup saniatigut sumiiffinni naleqartitit nu-kiillu aallaavigalugit porsaaqartarpoq, taamaalliluta peqatigiilluta sulilluta. Peqa-tigiilluni sulinerup pitsaaqutigaa ataatsi-moorluni pilersitsisoqartarnera, susa-saqartut tamarmik akunnerminni pisi-saaffilerlutik, ilisimasaniq, nukinnik misi-littakkanillu tunniuseqataannissaminnut. Ataatsimoorluni pilersitsinermi qulakke-riarneqarportaaq innuttaasut kommuni-nilu suleqatigisavut misigisimanatik aalaja-ngiinerit qulaaninngaaneersut, kissaatigi-neqartulli annertusarnissaannik pilersit-seqataallutik.

– Ajornartorsiutit suliniuteqarfigiussa-vavut, tamannali peqqinnerulernissamik

aallaaveqarluni pissaaq, anguniagarput pi-sussatullu kissaatigisarput tunaartaralugit. Periarfissat killiliissutinii isiginiarnerussa-vavut, Tina Evaldsen erseqqissaavoq.

Ilisimasaqarneq pisussaaffiliivoq

Paarisa Qeqqata Kommunianut suleqati-giinnissamik isumaqatigiissuteqareersi-mavoq, Islandimi periuuserineqartumit isu-massarsiorluni, inuusuttunut ataatsimoor-fiit peqqinnartut akuutitsisullu angajoq-qaat sumiiffinnilu avatangiisit annertuu-mik pingaaruteqarnerat qitiutinneqarlutik.

– Angajoqqaat najukkamilu avatangiisit meeqqat inuuneranni akuutissavavut. Atuartunik misissuineq (HBSC) atorlugu tigussaasunik paasissutissaqarpoq qaqugukkut meeqqat pujortartalernersut imigassartortalernersullu pillugit. Meeqqat pujortartalertullu imigassartulinnginne-ranni periarfissaqarpugut iliuuseqarnissat-sinnut. Meeqqat aanngajaarniutinik atui-lernerat siusinnerujartortillugu inersima-sunngorlutik attassiinnarnissaannut aar-le-rinaateqarnerujartortarpoq. Angajoqqaal-lu najukkamilu avatangiisit suut sulissutige-rusunerlugit aalajangissavaat.

– Suut nukittorsaataneersut nuannaaru-taanersullu misissussavavut. Taamaali-or-nikkummi nukiit pissarsiarineqartarput akuunerulerluni kajumissuseqarnerullu-nilu, tamannalu pingaartuuvoq allanngu-utinik ataavartunik pilersitsissagutta, Tina Evaldsen oqarpoq.

Inuuneritta III: Meeqqat pitsaasumik inuunissaannut tunngavik

Inuuneritta III tassaavoq Kalaallit Nunaanni innuttaasut peqqissusaan-nut suliniutinik pingajussaat.

Inuuneritta III-miipput 2020-2030-mut meeqqat 0-18-nik ukiullit inuu-nerinnerulernissaannut suliaasaqarfiit akornanni ataatsimut suliniuteqarner-mi naleqqat sisamat.

1. Isumakkut peqqissuseq. Meeqqat tamarmik isumakkut peqqissuullutik inuussapput ataatsimoorfinnullu, ilor-risimaarfigisaminnut peqataalluarfi-gisinnaasaminnullu, peqqinnartunut akuutitsisunullu ilaasinnaassallutik.

2. Inuunermi peqqinnartumik aallar-tinneq. Meeqqat tamarmik atugaris-saarnermik ineriartormillu siuar-saasumik toqqissillutik isumassorne-qarlutillu inuunertik peqqinnartumik aallartissavaat.

3. Meeraaneq peqqinnartooq susa-saqarfiulluortoq. Meeqqat tamarmik peqqinnartumik inooriaaseqarnermik peqqinnartunilu ileqqoqarnermik siuarsaasumik susasaqarfiulluortu-millu inuuneqassapput.

4. Meeqqat tamarmik peroriartor-nerminni toqqissisimanartunik pit-saasunillu atugaqassapput, aamma nakuusermermut innarlerneqarner-mullu illersorneqarlutillu tupamit aanngajaarniutinilu ajoquserne-qassanngillat

Inuuneritta III-mi qitiulluinnarpoq meeqqat innuunerinnissaannik peqqinnissaannillu akisussaasut tamarluinnarmik qanimut oqaloqati-giitarnissaat. Oqaloqatigiinnermi qitiutinneqassaaq iliuuserisat salliu-tinnerat, tigussaasunngortitsineq piviusunngortitsinerlu, najukkami misillitakkat nukissallu, meeqqat inuunerinnissaat peqqinnissaallu annertusarniarlugu.



Qeqqata Kommuniata illoqarfiit nunaqarfiillu isummorsorlugit angajoqqaanut nunaqarfinnullu isumaqatigiissusiortippai, meeqqat pillugit inersimasut akunnerminni oqaloqatigiilersillugit suleqatigiinnerulersillugillu. Islandimi misilittakkat takutippaat angajoqqaat atuariullu suleqatigiinnerisa nukittorsarneratigut arlalitsigullu sunngiffimmi sammisaqartitsinikkut inuusuttut peqqinnarnerusumik inuunissaminnut aqqtissiuunneqartartut.

Qeqqata Kommunian inspirerer deres byer og bygger til at indgå forældreftaler og bygdeftaler, der er med til at skabe dialog og øge samarbejdet mellem de voksne omkring børnene. Erfaringer fra Island viser, at man igennem et styrket forældre-skolesamarbejde og en vifte af fritidsaktiviteter kan flytte de unges fokus hen imod en sundere livsstil.

QEQQATA KOMMUNIA

Angajoqqaanut nunaqarfinnullu isumaqatigiissutit ataatsimoorneq nukittorsarpaat

Qeqqata Kommunian inuusuttut akornanni aangajaarniutinik atuinissamut atugarliornissamullu arlerinaatit annikillisarniarneqarput. Taarsiullugu nukittorsataasinnaasut illersorneqassapput, matumanilu angajoqqaanut nunaqarfinnullu isumaqatigiissutit pingaaruteqarput

Islandimi periuseq

Island Europami nunaavoq inuusuttut annikinnerpaamik imigassartorluttillu pujortarfiat aangajaarniutinillu atuiffinginnerpaasaat. Islandilu taama annikitsigisumik imigassartorfiunanilu aangajaarniutinik atuinikiffiutigisimangilaq. Ilami 1990-ikkut naalerneranni Europami nunanut allanut sanilliullugu atuiffiusimaqaaq. Inatsisit, angajoqqaat atuariullu suleqatigiinnerisa nukittorsarnerat meeqqallu peqqinnarnerusumik sunngiffiminni sammisaqarnissaanik assigiingitsutigut iliuuseqar-toqarneratigut inuusuttut peqqinnarnerusumut saassimapput. Ullumikkut "Islandimi periuseq" oqaluuserineqartarpoq, nunarsuarmi tamarmi inuusuttut imigassamik aangajaarniutinillu atunerisa appartinniarneranni atorqartarluni.

All. Trine Juncher Jørgensen

2020-imiilli Qeqqata Kommunian pitaaliuinermi suleriaaseq nutaaq meeqqanut, inuusuttunut ilaqutaannullu sammitinneqartoq "Qeqqata modeli" atugaalersimavoq. Periuseq Islandimit isumassarsiaavoq, tassani inuusuttut akornanni aangajaarniutinik atuinermik annikillisitsineq inuunerinnerulersitsinerlu iluatsilluartumik ingerlanneqarsimalluni, pitaaliuinermit sulinermi angajoqqaat sumiiffinnilu attaviit akuutinneqarnerisigut.

Septembarimi 2020-mi Qeqqata Kommunian Kalaallit Nunaanni Innuttaasut Peqqissusaannik Ilisimatusarfik (SIF) aamma Peqqissutsimut Naalakkersuisoqarfiup ataaniittoq Paarisa suleqatigiinnissamik isumaqatigiissuteqarlutik atsiortut, Islandimit isumassarsiorneq atorlugu Qeqqata Modeli aqutagalugu Inuunerittalu III suleqatigalugu atuartunik misissuinermit paasissutissat atorluarneqarnerunissat ukkatarineqarluni.

Nukittuffiit naleqartitallu paasinarneqartut

Suleqatigiit 2020-mi ukiakkut illoqarfinni nunaqarfinnilu tamani innuttaasunut, peqatigiiffinnut meeqqanullu aallarniutaasussamik isumasioqatigiissitsivoq sumiiffinni nukittuffiit naleqartitallu paasinarneqarlutik. Kingullertigullu innuttaasunik ataatsimiititsisoqarpoq, angajoqqaanut nunaqarfinnullu isumaqatigiissutit illoqarfinnut nunaqarfinnullu saaffiginnittut pilersinneqarlutik.

– Taamatut iliuuseqarnermi angunia-gaavoq ammasumik oqaloqatigiinnissaq angajoqqaallu kiisalu inersimasut allat qanimit suleqatigalugit meeqqat inuusuttullu peqqissuunissaasa inuunerinnissaasalu siuarsarnissaat aangajaarniutinillu atuinerup pinaveersartinnissaa siunertaralugu. Suleqatigiinneq sumiiffinni inuiaqatigiinni oqaloqatigiinnermik tunngaveqarpoq, sumiiffinnilu nukittuffiit naleqartitallu paasinarneqarlutik kiisalu innuttaasunik misissuinermit paasissutissanik tunngaveqarluni, Maniitsumi ineriartortitsinermut pisortaq Sofie Jessen oqarpoq.

– Nunaqarfinnut isumaqatigiissutit

angajoqqaanut isumaqatigiissutit annertusineraat. Nunaqarfinni atuartorpassuunngillat, taamaattumik aalajangersimavarput nunaqarfinni inersimasut aamma meeqqat inuusuttullu sammisaannut inuunerinnissaannullu akisussaaqataanissaat.

Nunaqarfinnut isumaqatigiissutit

Nunaqarfinni Atammimmi Kangaamiunilu suliniuteqarfigineqartussat toqqarneqareersimapput. Ilaatigut meeqqanik atuartunik misissuinerup inernerisa qulequtaannit toqqaasoqarsinnaavoq ilaatigullu qulequttanik nammineq toqqakkaniq.

– Atammik ersarissunik toqqaasimavoq: Imigassamut tupamullu killeqarfiit ersarissut, qinngasaaruttarneq, aneernissamut innarnissamullu killigititat, ataatsimoorfiit akuutitsisut kiisalu unnuariannugit pilersinneqassasut, Sofie Jessen oqarpoq nangillunilu:

– Kangaamiuni aneernissamut innarnissamullu killigititat, imigassartornissamut tupatornissamullu killigititat ersarissut, qinngasaaruttarneq, aaqqissuussamik sunngiffimmi sammisassat kiisalu ataatsimoorfiit akuutitsisut salliutinneqarput.

Innuttaasunik ataatsimiisitsinerni meeqqanik atuartunik misissuinermit inernerit saqqummiunneqarput. Kingorna eqimattani sulisoqarpoq, tassani innuttaasut namminneq periarfissaqarlutik saqqummiunneqartut tunngavigalugit atortussat oqaluuseralugit.

– Isumaqtigiissuteqareermata suleqatigiinnik pilersitsisoqarpoq, tassani inissitsiterlutik. Atortussanik tunineqarput, suliaq ingerlatiinnarnissaa tunaartaralugu. Ilaatigut sammisassanik pilersaarusiornermut ilitersuutit, kikkut sunik suliaqarnerannik allattaaveqarlutik, ataatsimiinnissanullu ilitersuuteqarluni kikkut sulerissanersut, attaviit il.il. allassimallutik.

Kangerlussuarmi nunaqarfimmi isumaqtigiissusiortoqarpoq, nunaqarfimmi allaniittunit meeqqat atuartut amerlanerummata isumaliutigineqarpoq aamma angajoqqaanut isumaqtigiissusiortoqassanersoq. Aamma nunaqarfiit Sarfannguit Itillerlu nunaqarfittut isumaqtigiissusiuleruttorput, nunaqarfimmi meeqqat inuusuttullu peqqissusaasa annertusarnissaannik suleriaqqinnissamut suleqatigiiliortoqarluni. Napasoq sapaatip-akunnerani 47-mi tikeraarneqarpoq siorna nunaqarfimmut isumaqtigiissut oqaluuserineqarluni.

Angajoqqaanut isumaqtigiissutit pisussaaffiliisut

Inga Olsen Sisimiuni piujuartitsinermut siunnersortaavoq. Oqaluttuarpoq angajoqqaanut isumaqtigiissutit Maniitsumi atuarfimmi Sisimiunilu atuarfimi marlun-

ni 5.-10.-klassini atorneqalissasut.

– Angajoqqaanut isumaqtigiissutit klas-sikkaartumik imaluunniit ukioqatigiiaani pisinnaapput. Anguniarneqarpoq angajoqqaat ataatsimoorlutik 2-5-nik pisussaaffiliisumik isumaqtigiissutigisaminnik isumaqtigiissuteqassasut. Tassaasinnaavoq meeqqat tamarmik kingusinnerpaamik qulingiluap qeqqanut angerlarsimassasut. Angajoqqaanut isumaqtigiissutit taamaallutik ataatsimoorluni meeqqanik perorsaaniarnerupput. Allatut oqaatigalugu ileqquusut allangortikkuminarnerupput klassimiittut tamarmik assigiinnik malitassaqarput. Tamatuma saniatigut angajoqqaat ataatsimoornerat nukittorsar-negassaaq.

Klassit ilaanni angajoqqaat assersuutigalugu isumaqtigiissutigat atuartut 20.30 aamma 21.00 akornanni angerlarsimassasut, qinngasaaruttarneq akuerineqassanngitsaq, atuartut piffissaq eqqorlugu takkuttarnissaat akunnerminnilu ataqqeqatigiinnissaat, kiisalu atuartut imminnut pulaaraangata angajoqqaat sianerfigeqatigiittassasut.

– Taamaallilluni angajoqqaanut ataatsimut siunnerfeqarneq pisusaaffeqarnerlu ajornannginnerussaaq. Angajoqqaat meeqqaminnut akisussaanerussapput. Meeqqat ilaannikkut isumaqartarput namminneq aalajangiisussaallutik, kisianni angajoqqaanuku aalajangiisussaasut, Inga Olsen oqarpoq.

– Angajoqqaat ilaat angajoqqaatut isumaqtigiinnissaq aklerlaar, oqartariaqar-

pugulli nutaaliorniarneq sivisusinnaasartuq. Islandimi aamma taamaassimavoq. Neriuppugulli piffissap ingerlanerani tamanna allangorumaartuq, tamanullu iluaqutaalluni.

Ataatsimoorfiit pitsaasut nukittorsarlugit

Anguniarneqarpoq atuarfimmi, sunngiffimmi, ilaqutariinni inuunermi inuiaqatigiinnilu ataatsimoorfiit akuutitsillutillu pitsaasut nukittorsarnissaat. Isumaavoq tunaartaqarlutikum iliuuseqarnikkut aarlerinaateqartunut aannngajaarniutinik atuinnermut atugarliornermullu aqquataasinnaasut annikillisarinnissaat illersuutaasinnaasullu nukittorsarlugit. Islandimi paasineqarsimavoq angajoqqaat taperser-suinerat pingaartupilussuusoq, meeqqallu maleruagassat soorlu angerlarfissat sunngiffimmi sammisassanut peqataanissat pillugit angajoqqaaminnut ilaqutariinnullu attaveqarnerat meeqqat inuusuttullu inuunerinnissaannut aalajangiisusartut.

– Siunertaavoq ingerlalluurtut nukittorsarnissaat. Tamatuma saniatigut innuttaasut namminneq suliaqarfinni najuk-kami ernumanartoqartuni iliuuseqarnissaminnut suliniuteqarnissaat. Inuusuttut amerlanerit ataatsimoorfiusuni pitsaasuniittariaqarput, soorlu peqatigiiffilerinermi, aamma meeqqaninuuusuttunullu neqeroorutininik amerlanerusunik pilersitsisoqartariaqarpoq, Inga Olsen naggasiivoq.

Qeqqata Kommuniani piorsaanermut pisortap Sofie Jessenip pooqattaq nunaqarfimmut isumaqtigiissummik sakkusanillu imaqartoq Kangaamiuni nunaqarfimmut isumaqtigiissuteqarnermi attaviusumut Barnabas Larsenimut tunniuppa.

Udviklingschef i Qeqqata Kommunia, Sofie Jessen, overdrager tasken med bygdeaftale og redskaber til Barnabas Larsen, der er kontaktperson på bygdeaftalen i Kangaamiut.



Nunaqarfimmut isumaqtigiissut

Nunaqarfimmi Kangaamiuni innuttaasut qitiutinniakkatik toqqarsimavaat, tassalu aneertarnerit innartarnerillu, imigassamut tupamullu killiliinerit ersarissut, qinngasaarissarneq, aqqissuussamik sunngiffimmi sammisassarneq ataatsimoorfillu akuutis-sisut.

62-inik ukiulik Barnabas Larsen Kangaamiuni inunngorlunilu peroriartorsimavoq. Ullumikkut atuarfimmi ilinniartit-sisuvoq, misigisarpaalu inuusuttunik ilu-

ngersunartoqartarnera, ilaatigut apersorteriiginnarlutik pujortartalersarlutik, ilaatigut ukiukitsuullutik imigassartortalersarlutik. Tamatuma saniatigut meeraqarpoq innareersimaffissaraluuminni pigaartartu-nik.

– Novembarip 11-ani angajoqqaanik ataatsimiisitsivugut, meeqqat sinilluarsimasarnissaasa pingaassusaa pillugu angajoqqaat oqaloqatigalutigit.

Kangaamiuni timersortarfinnguaqar-

poq timersorfiusinnaasumik, inuusuttunullu klubbeqarluni, taamaattoq killilim-mik ammasartumik. Barnabas Larsen na-apertorlugu sumiiffimmi pisariaqar-titsisoqarpoq inuusuttut timersunngikka-luarlutik isersimaarfigisinnaasaannik.

– Maani nunaqarfimmi aqqissuussine-rit annermik inersimasunoortarput. Tamatumalu saniatigut timersuutininik sammisajartoqartarpoq. Meeqqanullu timersorneq ajortunut amigaateqarpoq, oqarpoq.

2022-mi Qeqqata Kommuniani meeqqanik atuartunik misissuinermit inernerit

Aqaguani atuartoqassatillugu innartarfiit

Atuartut 63 procentii 23.00 kingorna innartarput.

Ulluinnarni ullaakkorsiorsimaneq

5.-6.-klassini atuartut quliugaangata arfinillit ullut tamaasa ullaakkorsiorsi-masarput

Ataqatigiinneq

Atuartut 75 procent ii isumaqarput klassiminniittut peqatigiinnissartik nuannarigaat

Qinngasaaruttarneq

5.-6.-klassini atuartut quliugaangata arfinillit minnerpaamik qaammatini kingullerni marlussunni qinngasaar-neqarsimasarput.

Imigassaq pujortarnerlu

9.-10.-klassini atuartut 41 procentiisa aalakooneq misilissimavaat. 36 procentii pujortartarput 31 procentillu ulluni kingullerni 30-ni sunoorsimik misilissimapput.

Kiserliorneq

9.-10.-klassini atuartut 38 procentii kiserliorsimapput. Aamma taamatut 7.-8.-klassini 36 procentit, 5.-6.-klas-sinilu atuartut 30 procentii.

Qeqqata Kommuniani meeqqanik atuartunik misissuineq

HBSC-mi misissuineq (Health Behavior in School-aged Children – meeqqat atuartut peqqissutsikkut pissusilersornerat) nunani tamalaani meeqqat atuartut peqqissusaannik peqqinnissamullu ileqquninik apersuul-luni misissuineruvoq, ukiut sisamkaarlutik ingerlanneqartartoq. Misissuineq nunarsuarmi peqqissutsimut suliniaqatigiiffimmit WHO-mit taper-serneqarpoq. Misissuineq 1994-imiilli Kalaallit Nunaanni ingerlanneqartar-poq.

2020-mi 2022-milu Qeqqata kommuniani Qeqqata Modelimik taallugu kommunimi pilersitsisoqarsimavoq kisisit sumiiffimmeersut nutarterneqarsimasullu qulakkearniarlutik, taamaalluni atuartuni 5.-10.-klassi-miittut akornanni inuunerinnerunis-saq anguniarlugu sumiiffimmi naleq-quttunik peqqinnerulersitsisussanik aallartitsinikkut aannngajaarniutinillu atuineq pitsaaliortulugu.

Qeqqata Kommuniani meeqqanik atuartunik misissuinerit ingerlanneqartarput minnerpaamik ukioq allortarlugu taakkulu naliiiffigineqartarput, suliniutillu ingerlanneqareersut naliiiffigineqarlutillu naleqqussarneqarlutik. Angajoqqaaniut isumaqtigiissutit ukiumut ataasiarlutik naliiiffi-gineqartarput atuarfimi angajoqqaanik ataatsimiititsinikkut.

Forældre- og bygdeaftaler styrker sammenholdet

Qeqqata Kommunia vil reducere risikofaktorer, der fører til rusmiddelforbrug og mistrivsel blandt unge.

I stedet skal de beskyttende faktorer styrkes, og her er forældreaftalerne og bygdeaftalerne afgørende

Af Trine Juncher Jørgensen

Siden 2020 har Qeqqata Kommunia arbejdet med en ny forebyggende metode "Qeqqata Modellen", der er rettet mod børn, unge og deres familier. Metoden er inspireret fra Island, hvor man har haft stor succes med at nedbringe forbruget af rusmidler og fremme trivsel blandt unge ved i højere grad at inddrage forældre og lokale netværk i det forebyggende arbejde.

I september 2020 underskrev Qeqqata Kommunia sammen med Center for Folkesundhed i Grønland og Paarisa en partnerskabsaftale, der har fokus på at implementere inspirationen fra Island gennem Qeqqata Modellen og arbejdet med Inuuneritta III ved en bedre udnyttelse af eksisterende data fra skolebørnsundersøgelsen.

Styrker og værdier kortlagt

I efteråret 2020 afholdt parterne opstarts-

seminarer i alle byer og bygder for borgere, foreninger og børn, hvorved styrker og værdier lokalt blev kortlagt. Og senest har der været afholdt borgermøder, hvor der er blevet udviklet forældreaftaler og bygdeaftaler, der henvender sig til henholdsvis byer og bygder.

– Målet med disse indsatser er at skabe en åben dialog og et tæt samarbejde med forældre og andre voksne lokalt for at fremme børn og unges sundhed og trivsel og forebygge brug af rusmidler. Partnerskabet bygger på dialog med lokalsamfundet og afdækning af lokale styrker og værdier samt lokale data fra befolkningsundersøgelsen, siger Sofie Jessen, der er udviklingschef i Maniitsoq.

– Bygdeaftaler er i forlængelse af forældreaftaler. Der er ikke så mange skoleelever i bygderne, så derfor har vi besluttet, at voksne i bygden også kan tage ansvar for aktiviteter og trivsel blandt børn og unge.



Bygdeaftaler

I bygderne Atammik og Kangaamiut har

de allerede valgt deres prioriterede fokusområder. Der kunne vælges dels ud fra overskrifter fra skolebørnsundersøgelsens



Atammimmi innuttaasunik ataatsimiisitsinermi qulequttat imaattut suliareqqinniarnearput: Imigassartornissamut tupatornissamullu ersarissunik killiliisarneq, qinngasaaruttarneq, aneernissamut innarnissamullu piffissaliineq, ataatsimoorfiit akuutitsisut kiisalu unnuariannuguit nunaqarfimmi pilersinneqassasut.

Ved borgermødet i Atammik valgte man at gå videre med følgende emner: Klare grænser for alkohol og tobak, mobning, ude- og sengetider, inkluderende fællesskaber og endelig natteravnene, som skal etableres i bygden.



QEQQATA KOMMUNIA

resultater, og dels ud fra nogle selvvalgte emner.

– Atammik har i prioriteret rækkefølge valgt: Klare grænser for alkohol og tobak, mobning, ude- og sengetider, inkluderende fællesskaber og endelig natteravnene, som de nu vil etablere, siger Sofie Jessen og fortsætter:

– I Kangaamiut har de som førsteprioritet valgt ude- og sengetider, klare grænser for alkohol og tobak, mobning, organiserede fritidsaktiviteter og endelig inkluderende fællesskaber.

Under borgermøderne er resultater fra skolebørnsundersøgelsen blevet fremlagt. Derefter har der været gruppearbejdet, hvor borgerne selv har haft mulighed for at diskutere materialet i forhold til de fremlagte emner.

– Når de har indgået aftalen, så nedsæt-

tes en arbejdsgruppe, hvor de organiserer sig. De får udleveret en mappe med redskaber, der har fokus på at vedligeholde arbejdet. Der er blandt andet skabeloner til aktivitetsplanlægning, logbog til at holde overblik og en mødeskabelon for hvem der er med i arbejdet, kontaktlister m.v.

I Kangerlussuaq er der lavet bygdeaftaler, men da der er flere skolebørn end i de andre bygder overvejes det, om der også skal laves forældreftaler her. Ligeledes er bygderne Sarfannguit og Itilleq gået i gang med bygdeaftalerne, hvor der er nedsat arbejdsgrupper for det videre arbejde med at højne børn og unges sundhed i byerne. Napasok besøges i uge 47 for at følge op på bygdeaftalen fra sidste år.

Forældreftaler forpligter

Inga Olsen er bæredygtighedskonsulent

Bygdeaftale indgået

I bygden Kangaamiut har borgerne valgt deres prioriterede fokusområder, som er ude- og sengetider, klare grænser for alkohol og tobak, mobning, organiserede fritidsaktiviteter og inkluderende fællesskaber.

62-årige Barnabas Larsen er født og opvokset i Kangaamiut. I dag er han skolelærer på skolen og han oplever også, at der er nogle udfordringer med de unge, der dels begynder at ryge umiddelbart efter at de er konfirmeret, og dels begynder at drikke alkohol i en tidlig alder. Derudover er der for mange børn, der er ude sent om aftenen, hvor de burde ligge i deres senge.

– Vi holdt forældremøde den 11. november, hvor vi talte meget med forældrene om, hvor vigtigt det er at børnene får en ordentlig søvn.

I Kangaamiut er der en minihal, hvor man kan dyrke sport, og så er der en ungdomsklub, dog med begrænset åbningstid. Ifølge Barnabas Larsen er der brug for et sted, hvor de unge, der ikke dyrker sport, kan opholde sig.

– De fleste arrangementer her i bygden er for voksne. Og dertil har vi en del sportsaktiviteter. Men der mangler noget til de børn, der ikke dyrker sport, siger han.

Kangaamiuni innuttaasut sammisassatut toqqarpaat aneernissamut innarnissamullu killeqarfiit, imigassartornissamut tupatornissamullu killigitat ersarissut, qinngasaaruttarneq, aaqqissuussamik sunngiffimmi sammisassat kiisalu ataatsimoorfiit akuutitsisut.

I Kangaamiut valgte borgerne at have fokus på ude- og sengetider, klare grænser for alkohol og tobak, mobning, organiserede fritidsaktiviteter og endelig inkluderende fællesskaber.

i Sisimiut. Hun fortæller at forældreftalerne skal implementeres i 5.-10. klasse på skolen i Maniitsoq og de to skoler i Sisimiut.

– Forældreftaler kan enten indgås klassevis eller for en årgang. Målet er, at forældrene i fællesskab finder 2-5 forpligtende aftaler, de kan være enige om. Det kan f.eks. være, at alle børn skal være hjemme senest 20.30. Forældreftaler er på den måde en form for fælles opdragelse af børnene. Det er med andre ord lettere at ændre en adfærd, hvis alle i klassen følger de samme spilleregler. Derudover styrker det fællesskabet blandt forældrene.

I en af klasserne aftalte forældrene for eksempel, at eleverne skulle være hjemme mellem 20.30 og 21.00, og at man ikke ville acceptere mobning, at eleverne skulle komme til tiden og have respekt for hinanden og endelig, at når eleverne besøgte hinanden, så skulle forældrene lige ringe til hinanden.

– Det skulle gerne gøre det nemmere for forældrene at holde en fælles retning og forpligte hinanden. Forældrene skal gerne tage større ansvar for deres børn. Børn tror indimellem, at det er dem, der bestemmer, men det er altså forældrene der bestemmer, siger Inga Olsen.

– Der var nogle forældre, der er imod de her forældreftaler, men der må vi bare sige, at det tager tid at implementere noget nyt. Det samme var tilfældet på Island. Men vi håber at det her vil udvikle sig over tid, og være til gavn for alle.

Styrke de positive fællesskaber

Fokusområdet er at styrke de inkluderende og positive fællesskaber både i skolen, i

fritiden, i familielivet og i lokalsamfundet. Ideen er at man gennem målrettede indsatser reducerer de risikofaktorer, der kan føre til rusmiddelforbrug og mistrivsel og i stedet styrker de beskyttende faktorer. Fra Island har man erfaret, at forældreopbakningen har stor betydning, og at børns relation til deres forældre og de regler der er i familien f.eks. om hjemmetider og deltagelse i fritidsaktiviteter, er afgørende for børn og unges trivsel.

– Tilgangen er, at det der fungerer godt, skal styrkes. Dertil at borgerne selv tager initiativ til at handle på de områder, hvor der er bekymringer lokalt. Vi skal have flere unge ind i de positive fællesskaber i f.eks. foreningslivet og der skal skabes flere tilbud og muligheder for børn og unge, slutter Inga Olsen.

Den islandske model

Island er det land i Europa, hvor unge drikker og ryger mindst samt tager færrest stoffer.

Men Island har ikke altid ligget lavt i alkohol- og rusmiddelindtag. Faktisk lå Island i slutningen af 1990'erne meget højt i forhold til de øvrige europæiske lande. Men en kombination af lovgivning, styrket forældre-skolesamarbejde og en vifte af fritidsaktiviteter fik de unges fokus hen mod sundere alternativer. Man taler i dag om "den islandske model", som bruges over hele verden til at nedsætte unges alkohol- og rusmiddel-forbrug.

Resultater fra skolebørnsundersøgelsen Qeqqata Kommunia 2022

Sengetid før skoledag

63 procent af eleverne går i seng efter kl. 23.

Morgenmad på hverdage

6 ud af 10 elever i 5.-6. klasse spiser morgenmad på alle hverdage

Sammenhold

75 procent synes, at eleverne i deres klasse kan lide at være sammen

Mobning

6 ud af 10 elever i 5.-6. klasse er blevet mobbet mindst en gang de sidste par måneder.

Alkohol og rygning

41 procent af eleverne i 9.-10. klasse har prøvet at være fuld. 36 procent ryger tobak og 31 procent har brugt snus inden for de seneste 30 dage.

Ensomhed

38 procent af eleverne i 9.-10. klasse føler sig ensomme. Det samme gælder for 36 procent af eleverne i 7.-8. klasse og 30 procent for eleverne i 5.-6. klasse.

Skolebørnsundersøgelse i Qeqqata Kommunia

HBSC-undersøgelsen (Health Behavior in School-aged Children) er en international spørgeskemaundersøgelse om skolebørns sundhed og sundhedsvaner, som foretages hvert 4. år. Undersøgelsen støttes af verdenssundhedsorganisationen WHO. Undersøgelsen er blevet gennemført i Grønland siden 1994.

I 2020 og i 2022 har Qeqqata Kommunia fået gennemført en undersøgelse som led i kommunens lancering af Qeqqata-modellen for at sikre lokale og opdaterede tal, der kan understøtte drøftelser og prioritering af relevante lokale sundhedsfremmende initiativer med det formål at fremme trivsel blandt skoleelever i 5.-10.-klasse og forebygge brugen af rusmidler.

Qeqqata Kommunia gennemfører skolebørnsundersøgelser minimum hvert andet år efterfulgt af vurdering, evaluering og tilpasning af de igangsatte indsatser. Forældreftalerne revideres årligt ved forældremøder på skolerne.



LENA RAVN DAVIDSEN

Ilulissat timersortarfiani ulappupput.
Der er gang i aktiviteterne i Ilulissat hallen.

En ildsjæl i Ilulissat

Hver dag er der travlhed i hallen. Her mødes både børn, unge, midaldrende og seniorer for at spille håndbold, fodbold, futsal, badminton, bordtennis eller træne i arktiske sportsgrene. I mere end 40 år har Lena Ravn Davidsen bidraget med frivillige timer til Nagdlunguak 1948

Af Trine Juncher Jørgensen

Lena Ravn Davidsen tilbringer mange af sine vågne timer i Ilulissat hallen. I mere end 40 år har hun været frivillig for sportsklubben Nagdlunguak 1948, der vandt

årets talentudviklingspris ved Maligassiusut showet.

– Jeg træner børnene i håndbold og fodbold, og det har jeg gjort i snart 40 år. Jeg begyndte på trænerkursus som 14-årig, og har holdt ved lige siden, fortæller Lena Ravn Davidsen.

– Jeg har altid synes, at det var inspirerende at undervise andre, og jeg kan godt lide kontinuerligt at udvikle klubben og de unges færdigheder. Det handler om at få alle til at have det sjovt. Det er vigtigt for mig, at børnene respekterer hinanden og accepterer hinandens forskelligheder. Der er mange konkurrencemennesker iblandt os, men der skal også være plads til alle andre.

Sport og forebyggelse

I dag er Lena Ravn Davidsen ikke bare træner, men også formand for Nagdlunguak, der er en paraplyorganisation for en lang række sportsgrene herunder håndbold, fodbold, futsal, bordtennis, badminton og arktiske lege for både seniorer, voksne, ungdom og børn. Dertil er klubben også aktiv inden for forebyggelsesarbejde.

– Vi forsøger at tage vare på børn og unge og udvikle dem gennem leg, aktiviteter og faste rammer. Det handler dels om sport, dels om forebyggende arbejde. Vi har fokus på både den enkeltes udvikling og klubbens udvikling.

Når Lena Ravn Davidsen ikke er at finde i hallen, er hun enten at træffe på Atuarfik Mathias Storch, hvor hun arbejder som lærer, eller i byrådssalen som medlem for Demokraatit. Hun er med andre ord engageret i sin by og sit lokalsamfund.

– Jeg har fået et kæmpe netværk i kraft af mit mangeårige frivillige arbejde, og mine år som håndboldspiller. De fleste af mine venner er selv aktive sportsudøvere

og engageret i frivilligt arbejde. Mit netværk gør, at jeg aldrig føler mig alene. Derudover kan jeg lide at være fysisk aktiv. Det smitter af på mit psykiske velbefindende.

Frivillige kræfter

Ilulissat kæmper ligesom andre byer med, at der er for få frivillige. Og dem der er frivillige ender med at blive overbebyrdet.

– Det er en udfordring at inspirere folk til at lave frivilligt arbejde. Jeg oplever, at det er sværere i dag end tidligere, måske fordi der er så meget andet, man kan bruge sin tid på. Nogle går ind i frivilligt arbejde for en periode, men så skifter interessen eller de finder ud af, at det er hårdt og tidskrævende. Men jeg har den holdning, at frivillighed er en kæmpe rigdom – ikke bare for samfundet, men også for den frivillige selv i form af indflydelse, netværk og unikke oplevelser.

– Det fungerer godt for mig både at være i kommunalbestyrelsen og aktiv i sportsklubben. De to ting supplerer hinanden, og jeg har naturligt en stor viden om tilskudsvedtægter, brug af faciliteter.

Udover aktiviteterne i hallen, kan Lena Ravn Davidsen også lide at mødes med folk og gå en tur sammen.

– Det er ikke kun i hallen, vi mødes. Vi er mange her i byen, der kan lide at gå ture, snakke sammen og samle kræfter i naturen.



LENA RAVN DAVIDSEN

Lena Ravn Davidsen ukiuni 40-ni assammik arsarnermi isikkamillu arsaannermi meeqqanik inuusuttunillu sungiusaasimavoq.

Lena Ravn Davidsen har i 40 år undervist børn og unge i både håndbold og fodbold.

Ilulissani sullissiumatoq

Ullut tamaasa timersortarfimmi ulapittoqartarpoq. Maani meeqqat, inuusuttut, utoqqasaat utoqqaallu takkuttarput assammik arsarniarlutik, isikkamik arsaanniarlutik, futsalerniarlutik, sulorarniarlutik, nerrivimmi arsaarniarlutik imaluunniit Issittumi timersuutini sungiusarniarlutik. Ukiut 40 sinnerlugit Lena Ravn Davidsen Nagdlúnguak' 1948-mi akunnerpassuarni kajumissutsiminik sulisimavoq

All. Trine Juncher Jørgensen

Lena Ravn Davidsen akunnerpassuarni Ilulissani timersortarfimmiittarpoq. Ukiut 40-t sinneqartut timersoqatigiiffimmi Nagdlúnguak' 1948-mi kajumissutsiminik sulisimavoq, Maligassiusut Showimilu ukioq manna piukkunnartunik piorsasut nersornaaserneqarluni.

– Ukiuni 40-ngulersuni meeqqat assammik isikkamillu arsaannermi sungiusarsimavakka. 14-inik ukioqarlunga sungiusasutut pikkorissarpunga, taamanimiillu ingerlallugu, Lena Ravn Davidsen oqarlutuarpoq.

– Isumaqtuarsimavunga allat ilinniar-tinnerat pissarsinartuaannartoq, timersoqatigiiffiup inuusuttullu piginnaasaasa piorsarnerat nuannariuarsimallugu. Peqataasut tamaasa nuannisartinnissaat pineqarpoq. Uannut pingaartuuvuq meeqqat ataqeqatigiinnissaat allaanerussutitillu akueralugit. Akunnitsinni unammillerumatoorpassuaqarpoq, aammali allanut inissaqartitsisoqartariaqarluni.

Timersoneq pitsaaliuinerlu

Ullumikkut Lena Ravn Davidsen sungiusaasuinnaangilaq, aammali Nagdlúnguami siulittaasuulluni, tassalu timersuuterpassuarni suliniaqatigiiffik ilaatigut assammik arsarnermi, isikkamik arsaannermi, futsalimi, nerrivimmi arsaarnermi, sulorarnermi Issittumilu pinnguaatini, utoqqarnut, inersimasunut, inuusuttunut meeqqanullu. Tamatuma saniatigut timersoqatigiiffik aamma pitsaaliuinerup iluani

sulivoq.

– Meeqqat inuusuttullu pinnguarneq, sammisat avatangiisillu aalajaatsut atorlugit piorsarlugillu isumaginiarsaraavut. Ilaatigut timersornikkut ilaatigut pitsaaliuinermi sulinermi. Inuit ataasiakkaat timersoqatigiiffiullu ineriartornissaat qitiutippavut.

Lena Ravn Davidsen timersortarfimmiingikkaangami Atuarfik Mathias Storchimiissinnaasarpoq ilinniartitsisutut suliffigisamini imaluunniit Demokraatit sinnerlugit kommunalbestyrelsip ataatsimiitarfiani. Allatut oqaatigalugu inuiaqatigiinni akuuffigisamini sullissisuvoq.

– Ukiopassuarni kajumissutsimik sulininni assammillu arsartartuuninni attavip-passuaqarpunga. Ikinngutima amerlanersaat namminneq timersortartuupput kajumissutsimillu sulisuullutik. Attaveqaatikka peqqutigalugit kisimiittutut misigisimangisaannarpunga. Tamatuma saniatigut aamma timimik atuneq nuannarisaraara. Anersaakkut peqqissutsinnut sunniuteqartarpoq.

Kajumissutsiminnik sulisut

Illoqarfiit allat assigalugit Ilulissani kajumissutsimik sulisut ikippallaarnerannik ilungersuuteqarput. Kajumissutsiminnillu sulisut naggataagut suliasaqaarpallalersarput.

– Inuit kajumissutsiminnik sulilernisaannik kajumisaarnerat ilungersunarpoq. Misigisarpara ullumikkut ajornakusoornerusoq siusinnerusumut sanilliullugu, immaqqa piffissaq allarpassuarnut atornerqartarmat. Inuit ilaat piffissap ilaani kaju-



Kajumissutsimik suliat pillugit Paarisap nittartagaani uani atuarsinnaavutit: www.paarisa.gl/frivillighed.

På Paarisas hjemmeside kan du læse mere om frivillighed. Se www.paarisa.gl/frivillighed.

missutsiminnik sulilersarput, immaqali soqutigisaat allannqortarpoq imaluunniit paasillugu sakkortuallaarlunilu piffissaajarnarpallaartoq. Isumaqaarpungali kajumissutsimik sulineq pisuussutaasoq anner-tooq – inuiaqatigiinnuinaannngitsoq, aammali kajumissutsiminnik sulisumut namminermut, sunniuteqalernerq, attaveqalernerq immikkuullarissunillu misigisaqalernerq peqqutigalugit.

– Uannut ajunngilaq kommunalbestyrelsemiillunilu timersoqatigiiffinni suleqa-

taaneq. Suliat imminnut taputartuupput soorunami aamma tapiissuteqariaatsinik ilisimasaqarpunga, ininillu atuinermut.

Timersortarfimmi suliaqarnermi saniatigut Lena Ravn Davidsenip aamma nuannaraa inuit peqatiginissaat pisuttuaqatigiinnerlu.

– Timersortarfimmiinnaq naapinneq ajorpugut. Maani illoqarfimmi arlaliuvugut pinngortitamip pisuttuarnermik, oqaloqatigiinnermik nukissanillu katersiner-mik nuannarisallit.



Timersoqatigiiffik Nagdlúnguak' 1948 ukioq manna piukkunnartunik piorsaanermi Maligassiusoq Showimi nersornaaserneqarpoq.

Sportsklubben Nagdlunguak 1948 vandt årets talentudviklingspris ved Maligassiusut showet.

Kræfti peerit

Qaavanut qaqqeqqaarnissaq pineqanngilaq, peqateqarlunili qaqiniarnissaq. Jan Erik Pedersen Aalagamik nersornaaserneqaqqammerpoq suliniutini "Gå væk kræft" sineriammi illoqarfinnut allanut siaruaannerujartortoq pillugu

All. Trine Juncher Jørgensen

Taarsilereersimavoq nilleqisumillu avanerluni. Issilu 7,5 gradit missaaniimmat sakkortuumillu anorlerneratigut nillissuseq 15 gradit misinnarpoq.

Taamaakkaluortoq novembarimi marlungornermi unnulersoq Jan Erik Pedersen peqatigisaalu arlalialuit Quassussuup qaavanut pisuttuarnissaminnut tunuarsi-maangillat. Marlunngornerimmi ta-maasa taamaaliortarput, anorersuarmik pequteqarlutik marloriaannarlutik taamaatitsimallutik, Jan Erik oqarpoq, qu-ngujorussuarlunilu.

Eqqarsarnartoqartilaaq. Akuersimavungami akunnerup ataatsip missaani pisuttuareerlunga qaavanut qaqinermi ataatsimoornerup misiginissaanut. Sivi-nganikkulli aputeqaqisumilu pisunnissanut misilittagaqqanngilanga, ilami issi taarlu nuannarinngivippakka. Agnethe Petersen Tine Evaldsenilu ingiaqatigaakka, taakku arlaleriarlutik pisuttarsimanermik-kut sequnngingagaluarunilluunniit aqput malissinnaavaat. Isumaqqarput ullumikkut sila ajorpallaanngitsoq. Akerlianilli ajornerujussuaq misilissimavaat, Agnethelumi aamma pisunngilaq. Arpalluni uteqattaarpoq. Pisuttuaqatigiinni siuttuuneruserpoq, aput ingerlaffigineqarsimananilu iteqaluni. Uagutsinnut ajornannginnerulersippaa tumai atuarsinnaagatsigit. Agnethe 67-inik ukioqarpoq. Arlallit kræftimut annaasimavai, ilaatigut ukiorpassuarni uini. Pisuttuarnerit tamatuma suliarineranut, eqqis-sinissamut ingerlaqqinnissamullu ator-tarpei. Taamaapporlu pisoqataasunut amerlanernut.

Asimi anersaartorfissaq

Kigaatsumik eqqissisimasumillu tamatta immikkut pisunneq sungiukkiartuaarparput, tunuleriiaalluta qaatsigut qulleqarluta tumisiorluta. Soorlu mediteriinnarluni. Siumut. Qummut. Siumut.

Ilaannikkut kingumut qiviarluta illoqarfik takusarparput, allaangivilluni quller-nik qipissiarujussuaq.

Ukiorpasuaarni Jan Erik Pedersenip Quassussuarmut majuarneq asimi anersa-artorfittut atortarsimavaa, eqqarsaatini sal-lillugit timi tarnilu eqqissitillugit. Ukiut arfineq-marluk matuma siornagut aalajangerpoq Facebook aqputigalugu eqimattat "Gå væk kræft" pilersinniarlugit. Taama-nikkut pisuttuarnerpassuit arnami kræfte-qarnerata eqqarsaatigineranut atortarsimavai, isumaqqarporlu allat immaqa pisut-tuaqataantertik nuannaarutigisinnaagaat.

– Uannut asimiinneq vitaminit pitsa-nersariuarpaat. Nammineq eqqarsaater-sornissamut allanillu oqaloqateqarnissamut periarfissaqarpoq. Timimik atuinerup kræfteriaatsit amerlanerit ingalassimatis-sinnaavai, saniatigullu anersaakkut timik-kullu allarpassuarnik iluaqtissartaqarluni. Pisussimatillunga malugisarpara qasuk-karsimanagerullunga, eqqissisimallunga tar-nikkullu nukissaqarlunga. Uisakajaarnis-saq annikillisarpoq oqimaaqatigiinnerusu-mik inuulluni. Aamma pisuttuarsimatil-lunga sinilluarneruserarpunga, Jan Erik Pe-dersen oqarpoq.

Sineriammut siaruaattoq

Ullumikkut "Gå væk kræft"-ip ilaatut Quassussuaq 6.000-nit amerlaneruserunik qaqineqarsimavoq. Suliniullu Qeqertarsuarmut, Ilulissanut, Sisimiunut, Kanger-lussuarmut Qaqortumullu siaruaateersi-



mavoq, kajumissutsiminnik allat najukka-minni pisuttuarnernik aaqqissuillutik.

– Kajumissutsiminnik sulisut allat peqatiginagit taamaaliorsinnaanngikkaluar-punga. Amerlanerulersimavugut pisuttuar-tuartartut, pisuttuarnermilu peqate-qarusuttut. Qujamasuutigeqaara taamatut ineriartorsimammatt. Inuiaavugut ataasiu-

sut sumiiffimmut isorartoqisumut siam-marsimaannartut. Tamanna uppernarsis-ara, tamatta ullormi tassani piffissam-ilu tassani pisuttuarsimagaangatta. U-ngasinngitsukkut Grete Street Ilulissani ata-qatigiissaarisooq pisoqatigaara. Qeqertarsuarmi Kristian Broberg pisuttuartsis-arpooq. Sisimiuni Arnanguak Ane Kris-





Novembarimi marlunngornikkut Quassussuup qaanut pisoqataasut.

Holdet, der denne tirsdag i november skal en tur på toppen af Quassussuaq.

Pisutta!

Paarisap, Elite Sport Greenlandip Timersoqatigiillu kattuffiata kajumis-saarutigaa Jan Erik Pedersenip isumassarsiaa atuleqqullugu ataatsimoorlunilu pisuttuarluni. GIF.gl-mi Facebookimilu eqimattani pilersinneqaqqammersuni Pisuttami siunnersuutiniq aallerfissaqarpoq. Aalasa@gif.gl allffgiuk ataatsimoor-tunik pisutsitsinerit oqaluttuaralugu, taamaallitullut 2023-mi Maligassiusut Showimi 15.000 korusuuninik eqquiniaqataallutit.

LEIFF JOSEFSEN

tiansen aamma Ane Lyberth Olsen. Qaqortumi Elvis Høegh Kangerlussuarmi-lu Else-Marie Gundersen aamma Vivi Schultz Grønvold. Kajumissutsimik attaveqarneruvoq pilersinneqarsimasooq nuannersoq, Jan Erik Pedersen oqarpoq nangil-lunilu:

– Inuuneq tunissutaavoq. Tamanna ta-

matta eqqaamassavarput. Ingammik assoralisimaarfimmi. Takusarparalu pisoqataasorpasuit atugarliortarsimasut, inuunerli annertuumik unnersiutigalugu. Inuiattut ataatsimuussaagut avissaartuunnatalu. Neriuppunga "Gå væk kræft" kater-suutitseqataassasoq.

Akunneq ataaseq ataatilaarlugu Quassussuup qaanut qaqivugut, pisunnitsinni paarnngortarsimallunga, apummi aqeqisumi orlusaqattaarlunga, qarlikkalu allilugit. Allalli assigalugit containeri aappaluttoq attorsinnaavara, Jans Erik Pedersenillu illerfiusaaraataanit sukkuuqqamik tunisil-lunga. – Torrak, oqarpoq nangillunilu – Taava ammukaqqiinnassaagut. Tamannalu taama ajornaatsiginngilaq, ajaappiaqar-nanga pisussimagama. Matumanili aamma ataatsimoornermi nukiit uppersarsineqar-put. Agnethe Petersenip ornippaanga aja-appisserluni aaqqaserlunilu. Naallu Quas-sussuup qaaniilluni nilleraluaqisoq mar-lunngornermi unnukkut pisuttuni tamani uummatit kissalaarput.

Kigaatsumik eqqissisimasumillu tamatta immikkut pisunneq sungiukkiartuaarparput, tunuleriiaalluta qaatsigut qulleqarluta tumisorluta. Soorlu mediteriinnarluni. Siumut. Qummut. Siumut.

Stille og roligt kommer vi hver især ind i en rytme, hvor vi går efter hinanden med pandelamperne vendt mod sneen og fodsporene foran. Det bliver næsten meditativt. Fremad. Opad. Fremad.

TRINE JUNCHER JØRGENSEN



– Inuuneq tunissutaavoq. Tamanna tamatta eqqaamassavarput. Ingammik assoralisimaarfimmi. Takusarparalu pisoqataasorpasuit atugarliortarsimasut, inuunerli annertuumik unnersiutigalugu. Inuiattut ataatsimuussaagut avissaartuunnatalu. Neriuppunga "Gå væk kræft" katersuutitseqataassasoq, Jan Erik Pedersen oqarpoq.

– Livet er en gave. Det skal vi alle huske. Især i modgang. Og jeg oplever faktisk, at mange der går med, har oplevet modgang, men de værdsætter livet utrolig meget. Vi skal samles og ikke splittes som folk. Jeg håber, at "Gå væk kræft" kan være med til at samle os, siger Jan Erik Pedersen.

LEIFF JOSEFSEN

Gå væk kræft

Det handler ikke om at komme først til toppen, men om at komme godt til toppen i fællesskab med andre. Jan Erik Pedersen har netop modtaget Aalasa-prisen for sit initiativ "Gå væk kræft", der har spredt sig stille og roligt til andre byer på kysten

Af Trine Juncher Jørgensen

Det er allerede blevet mørkt og det blæser koldt fra nord. Temperaturen er nede omkring de -7,5 grader og med en hård kulning nærmer vi os en kuldefaktor på -15.

Men det afholder slet ikke den lille gruppe med Jan Erik Pedersen i spidsen fra at tage turen op til toppen af Quassussuaq (Lille Malene) denne tirsdag aften i november. For det gør de nemlig hver tirsdag – og vi har kun aflyst to gange på grund af storm, siger Jan Erik og smiler stort.

Jeg er lidt betænkelig. Jeg har nemlig sagt ja til at gå med for at opleve fællesskabet ved at nå toppen efter ca. en times vandring. Men jeg har ikke erfaring med at gå på de stejle klipper og i den dybe sne, og jeg bryder mig faktisk heller ikke om den isnende kulde og mørket. Men jeg følges med Agnethe Petersen og Tine Evaldsen, der begge har gået turen så mange gange, at de kunne lukke øjnene og stadig finde vejen op. De synes ikke vejret er særlig slemt i dag. Tværtimod har de prøvet værre, og faktisk går Agnethe heller ikke op.

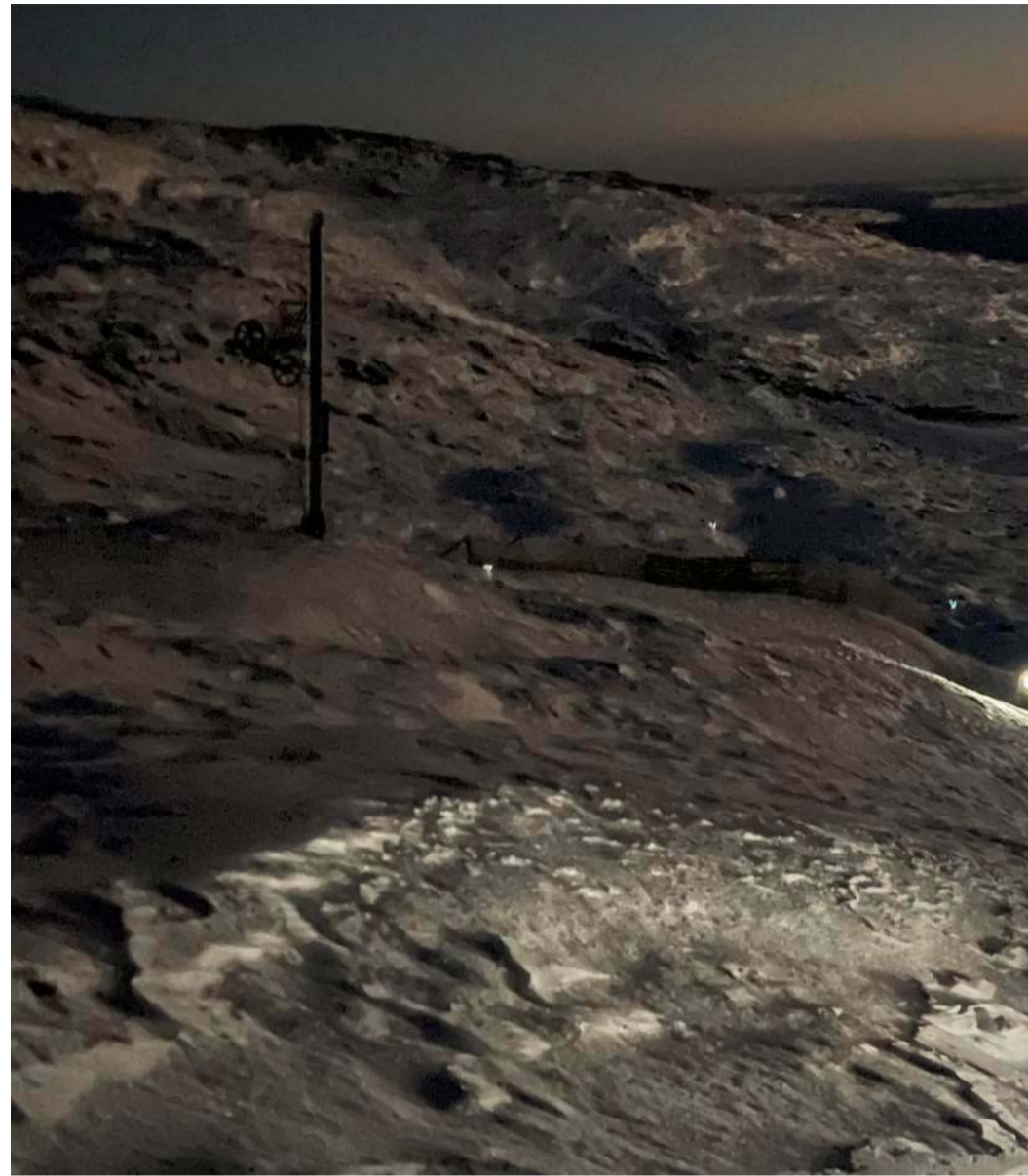
Hun løber frem og tilbage. Mest er hun forrest i feltet, hvor sneen endnu ligger uberørt og meterdyb. Det gør det lettere for os andre, da vi bare kan gå i hendes fodspor. Agnethe er 67 år. Hun har mistet flere til kræft herunder hendes mand igennem mange år. Gåturene har hun brugt til at bearbejde, finde ro og komme videre. Sådan er det for de fleste i feltet.

Frirum i naturen

Stille og roligt kommer vi hver især ind i en rytme, hvor vi går efter hinanden med pandelamperne vendt mod sneen og fodsporene foran. Det bliver næsten meditativt. Fremad. Opad. Fremad.

Ind imellem vender vi os om og nyder synet af byen, der strækker sig under os som et lysende tæppe.

Jan Erik Pedersen har i mange år brugt gåturene op ad Quassussuaq som et frirum, hvor han får rensat tankerne og skabt ro i krop og sjæl. For seks år siden besluttede han sig for at starte Facebook-gruppen "Gå væk kræft". På det tidspunkt brugte han mange ture på at reflektere over moderens kræftsygdom, og han havde en



Kiisami Quassussuaq qaqivarpuk. Allaaserisamik allattoq tungujortumik nasalik qiterliuvoq. Endelig på toppen af Quassussuaq. Artiklens forfatter sidder i midten med blå hue.



Quassussuup qaavanut pisunneq.
Turen til toppen af Quassussuaq

Især i modgang. Og jeg oplever faktisk, at mange der går med, har oplevet modgang, men de værdsætter livet utrolig meget. Vi skal samles og ikke splittes som folk. Jeg håber, at "Gå væk kræft" kan være med til at samle os.

Vi når toppen af Quassussuaq efter en lille times vandring, hvor jeg både har været nede og kravle på alle fire, er faldet pladask i den bløde sne utallige gange og har fået en revne i mine bukser. Men jeg kan som de andre sætte hånden på den røde container og få det obligatoriske myntebolsje fra Jan Erik Pedersens æske. – Torrak, siger han og tilføjer – Så skal du bare ned igen. Og det er faktisk ikke så let, som det lyder, når man som jeg har taget turen uden stave. Men også her viser fællesskabet sin sande styrke. Agnethe Petersen kommer mig i møde med sine stave og handsker. Selvom der er koldt på toppen af Quassussuaq, så er der rigeligt med hjertevarme til alle, der har lyst til at gå med en tirsdag aften.

JAN ERIK PEDERSEN

ide om, at andre måske kunne have glæde af at gå med.

– For mig har fysisk aktivitet i naturen altid været den bedste vitaminpille. Der er både mulighed for, at man kan gå i egne tanker og i samtale med andre. Udover at fysisk aktivitet holder de fleste kræftformer væk, så er der mange andre fordele både mentalt og fysisk. Jeg kan mærke, at når jeg har været ude og gå, så er jeg mere afslappet, rolig og i mentalt overskud. Det mindsker stress og styrker balancen. Og så sover man så godt, når man har været ude og gå, siger Jan Erik Pedersen.

Spredt sig til kysten

I dag har mere end 6.000 været med på toppen af Quassussuaq som en del af "Gå væk kræft". Og initiativet har allerede spredt sig til både Qeqertarsuaq, Ilulissat, Sisimiut, Kangerlussuaq og Qaqortoq, hvor andre frivillige har meldt sig til at stå for lokale gåture.

– Jeg kunne ikke gøre det her uden alle de andre frivillige. Vi er efterhånden mange, der går regelmæssigt, og som gerne vil have selskab på gåturen. Jeg er utrolig taknemmelig for, at det har udviklet sig på denne her måde. Vi er ét folk, bare spredt

ud over et stort område. Det bliver jeg bekræftet i, når vi alle går ture på samme dag og samme tidspunkt. For nylig gik jeg sammen med Grete Street, der er tovholder i Ilulissat. I Qeqertarsuaq er det Kristian Broberg, der står for gåturene. I Sisimiut er det Arnanguak Ane Kristiansen og Ane Lyberth Olsen. I Qaqortoq er det Elvis Høegh og i Kangerlussuaq er det Else-Marie Gundersen og Vivi Schultz Grønvold. Det er et fantastisk frivilligt netværk, der er blevet skabt, siger Jan Erik Pedersen og tilføjer:

– Livet er en gave. Det skal vi alle huske.

Pisutta!

– lad os starte en bevægelse!

Paarisa, Elite Sport Greenland og Grønlands Idrætsforbund opfordrer alle til at gribe Jan Erik Pedersens gode ide og starte gå-fællesskaber. Der er råd at hente på GIF.gl og de nyoprettede Facebookgruppe Pisutta. Skriv til Aalasa@gif.gl og fortæl om dit gå-fællesskab, så er du med i konkurrencen om 15.000 kroner, som uddeles ved Maligassiuutshow 2023.



Quassussuarmiit illoqarfimmi qullit.
Byens lys set fra Quassussuaq.

TRINE JUNCHER JØRGENSEN

Sundhed og sex

Paarisa har i samarbejde med organisationen Sex og Samfund i Danmark udviklet nyt materiale til seksualundervisningen i folkeskolernes ældste trin

Af Trine Juncher Jørgensen

Forebyggelsesenheden Paarisa udgiver i december nyt undervisningsmateriale om sundhed og sex, der primært er rettet mod lærerne og folkeskolens ældste trin. Materialet kan dog også bruges af f.eks. sundhedsfaglige medarbejdere og forebyggelseskonsulenter.

Kulturtilpasset materiale

Undervisningsmaterialet er udarbejdet på baggrund af Inuuneritta III, som er Naalakkersuisuts strategi for samarbejdet om det gode børneliv 2020-2030. Visionen er, at der kan tilbydes undervisning, som fremmer seksuel sundhed.

– Kommunerne har længe efterspurgt tidssvarende undervisningsmateriale, der er tilpasset Grønland. Derudover har vi

Ny samtykkelov på vej

Naalakkersuisut har fremsat et lovforslag om ny samtykkebaseret voldtægtsbestemmelse i kriminalloven, der skal første – og andenbehandles på efterårssamlingen og endelig vedtages på forårssamlingen.

Lovforslaget svarer til den bestemmelse, der er trådt i kraft i den danske straffelov ved årsskiftet 2021. Med bestemmelsen signaleres det, at alle seksuelle handlinger skal være baseret på begge parterns ønske. Og der skal ikke herske tvivl om, at seksuelle handlinger altid skal være frivillige for de involverede parter. I modsat fald er det voldtægt.

Som kriminalloven er i dag i Grønland, dømmes der bl.a. for voldtægt, hvis en person tvinger en anden til samleje ved vold eller trussel om vold eller har samleje ved anden ulovlig tvang. Der dømmes også for voldtægt, hvis man skaffer sig samleje med en person, der befinder sig i en tilstand eller situation, hvor vedkommende ikke kan modsætte sig handlingen. Med den nye samtykkelov vil det blive kriminaliseret at have samleje med en person, der ikke samtykker.

Indførelsen af en sådan bestemmelse vil ifølge Naalakkersuisut ikke alene have betydning for, hvordan voldtægtsager vurderes og håndteres af politiet, anklagemyndigheden og domstolene. Det vil også bidrage til en holdningsændring i samfundet, som forhåbentlig vil øge fokus på respekt for andre menneskers grænser og føre til, at der på sigt vil være færre, der overskrider disse grænser.

Det er fortsat anklagemyndigheden, der skal føre det fornødne bevis for, at der ikke var samtykke i en given sag. Dette skal ske ud fra en objektiv og samlet afvejning af sagens konkrete omstændigheder. På denne måde balanceres hensynet til beskyttelse af voldtægts ofre overfor retssikkerheden for de, der anklages for voldtægt.

Kilde: Inatsisartut

gennem vores arbejde med dukkeprojektet også følt, at vi har manglet noget materiale og nogle værktøjer til undervisningsbrug, siger Aka Binzer-Johnsen, der er uddannet jordemoder, og som i dag arbejder som sundhedsfaglig konsulent i Paarisa.

Farverigt og sjovt

Sammen med kollegaen Lisa Ivalu Lind har Aka Binzer-Johnsen stået for dukkeprojektet, der bidrager til at give unge et realistisk billede af, hvad det vil sige at være forældre. Derudover har de stået for at arrangere workshops med unge, der har givet input til det nye undervisningsmateriale. Endelig har de også stået i spidsen for pilotprojektet "Ung til ung", hvor unge i gymnasiet tager ud og fortæller om sex, krop og grænser for folkeskolernes 8. klasser i Nuuk.

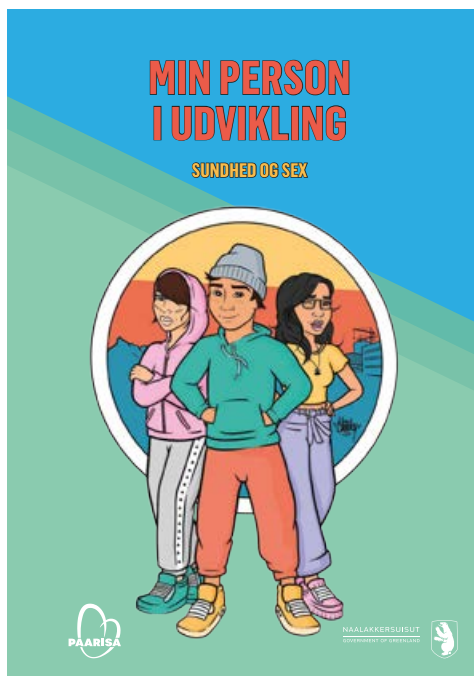
– Vi ønskede at udvikle et nyt undervisningsmateriale, der lagde op til øvelser, deltagelse og refleksion. Det skulle være farverigt og sjovt for eleverne og mere håndgribeligt for læreren, siger Aka Binzer-Johnsen, og Lisa Ivalu Lind supplerer:

– Fra start var det vigtigt for os, at det ikke bare var noget, vi overførte fra Danmark. Det skulle sættes ind i en grønlandsk kontekst, og derfor afholdt vi workshops i Nuuk, hvor vi samlede unge fra gymnasiet og fagpersoner, så vi fik deres holdninger og perspektiver med.

Det trygge rum

Undervisningsmaterialet er inddelt i 5 kapitler: Det trygge rum, grænser, kroppen, køn og seksualitet, sex og prævention. Til hvert kapitel er der en række øvelser, som kan bruges som udgangspunkt for en samtale i klassen.

Det trygge rum handler om at skabe et sted, hvor eleverne har lyst til at deltage aktivt og stille spørgsmål uden at blive grinet af eller føle, at de udstiller sig selv. Det er underviserens ansvar at skabe de trygge rammer, så eleverne oplever, at der er respekt for hinandens forskellige erfaringer og synspunkter. Og her er det vigtigt, at selvom det kan være sjovt og hyggeligt at dele egne oplevelser, så kan det være, at man fortryder det efterfølgende. Dertil kan man også opleve at nogle af emnerne kan skabe en reaktion hos elever, der er eller har været udsat for overgreb eller krænkelse.



– Ilinnisianik nutaanik sungiusarnertalinnik, peqataatitsisunik isumaliulersitsisunillu pilersitsinissaq kissaatigaarput. Atuartunut alutornarlutillu nuannissapput, ilinniartitsisumullu tigussaanerullutik, Aka Binzer-Johnsen Paarisami peqqissutsimut siunnersorti oqarpoq.

– Vi ønskede at udvikle et nyt undervisningsmateriale, der lagde op til øvelser, deltagelse og refleksion. Det skulle være farverigt og sjovt for eleverne og mere håndgribeligt for læreren, siger Aka Binzer-Johnsen, der er sundhedsfaglig konsulent i Paarisa.

Grænser

Kapitlet om grænser tager udgangspunkt i en række øvelser: "Ryg mod ryg", "Gæt en grimasse", "Ja tak! Nej tak", "Stop – det er privat!" samt en længere tekst om drengen Miki, der udsættes for et overgreb. Øvelserne og historien skal bruges som udgangspunkt for samtaler i klassen om, hvordan man sætter grænser, at grænser er forskellige og hvorfor det er vigtigt at sætte grænser.

– Grænser er et emne, der har været vig-

tigt for os at få italesat, da der desværre sker mange overgreb her i landet. Og det hænger jo også sammen med den nye samtykkebaserede voldtægtsbestemmelse i kriminalloven, som er på vej, siger Lisa Ivalu Lind.

Kroppen og sex

I kapitlet om kroppen kommer man omkring, at kroppe ser forskellige ud, hvordan puberteten forløber for drenge og piger, menstruation og myter om mødommen. I Kapitlet køn og seksualitet er der fokus på de forskellige køn og de normer, der kan være i et samfund om f.eks. piger og drenges opførsel eller adfærd. Det sidste afsnit "Sex og relationer" går helt tæt på sex, prævention, kønssygdomme og graviditet. Endelig er der i slutningen af materialet et billedarkiv med tegninger af kønsorganer.

Øvelserne i materialet handler derudover også om emner som rettigheder, anatomi, følelser, kropssprog og billeddeling på sociale medier. Dertil er der information om Tusaannga, som er telefonrådgivning for børn, unge og voksne. Der er også udviklet film som supplement til materialet, der kan findes på Paarisas hjemmeside.

– Vores mål med materialet er at ensarte og højne seksualundervisningen i folkeskolen. På den lange bane handler det om at nedbringe omfanget af kønssygdomme, uønskede graviditeter og overgreb, siger Aka Binzer-Johnsen.

Pitsaaliuineramik ingerlatsivik Paarisa decembarimi peqqissuseq atoqatigiinnerlu pillugit ilinniartitsinermi nutaanik piorsaa'imavoq annermik meeqqat atuarianni ilinniartitsisunut atuartunullu angajullernut tulluarsakkanik.

Forebyggelsesenheden Paarisa udgiver i december nyt undervisningsmateriale om sundhed og sex, der primært er rettet mod lærerne og folkeskolens ældste trin.

Peqqinneq atoqatigiinnerlu

Danmarkimi suliniaqatigiiffik Sex og Samfund suleqatigalugu Paarisaa atortussanik nutaanik piorsaasimavoq meeqqat atuarfianni angajullernut atoqatigiinneq pillugu ilinniartitsinnermi atugassanik

All. Trine Juncher Jørgensen

Pitsaaliuinnermik ingerlatsivik Paarisaa decembarimi peqqissuseq atoqatigiinnerlu pillugit ilinniartitsinnermi atortussanik nutaanik piorsaasimavoq annermik meeqqat atuarfianni ilinniartitsinnermi atuarnullu angajullernut tulluarsakanik. Atortussalli aamma allanit atornerqarsinnaapput soorlu peqqissaanermik suliaqartunit pitsaaliuinnermilu siunnersortit.

Atortussat kulturimut naleqqussakkat

Ilinniartitsinnermi atortussat Inuuneritta III tunngavigalugu suliaapput, tassalu Naalakkarsuisut 2020-miit 2030-mut meeqqat pitsaasumik inuuneqarnissaat pillugu suleqatigiinnissamut periusissaa. Takorlorneqarpoq ilinniartitsinnermik peqqinnartumik atoqatigiinnermik anner-tusaanissamik ilinniartitsinnermi.

– Kommunit qangali ullutsinnut naleqquttunik ilinniusianik nunatsinnut naleqqussakkanik ujartuisimapput. Tamatuma saniatigut sulinitanni inuusat atorlugit suliniutit atorneranni aamma misigimavugut ilinniartitsinnermi atortussanik sakkusanillu amigaateqarluta, Aka Binzer-Johnsen, ernissuortutut ilinniarsimasooq ullumikkullu Paarisami peqqissutsimut siunnersortit sulisoq, oqarpoq.

Alutornarlunilu nuannersooq

Suleqatini Lisa Ivalu Lind peqatigalugu Aka Binzer-Johnsen inuusani suliniutumik suliaqartuuvoq, tassalu angajoqqaajunerup qanoq ittuuneranik piviusorsortumik inuusuttunut paasititsiniaaneq. Tamatuma saniatigut inuusuttunik isumasioqatigiissitsippat, taakkulu ilinniusiani nutaani isumassarsortinneqarput. Aamma misiliutaasumik suliniut "Inuusuttumit inuusuttumut" siuttuuffigisimavaat, tassani inuusuttut ilinniarnertuunngorniartut Nuummi 8. klassini atuarnut atoqatigiinneq, timi killissallu pillugit oqaluttuarlutik.

– Ilinniusianik nutaanik sungiusarnertalinnik, peqataatitsinnermi isumaliulersitsinnermi pilersitsinissaq kissaatigaarput. Atuarnut alutornarlutillu nuannissapput, ilinniartitsinnermi tigussaanerullutik, Aka Binzer-Johnsen oqarpoq, Lisa Ivalu Lindilu nangippoq:

– Aallaqqaammulli Danmarkimit tigusaannaangitsunissaat pingaartissimavarput. Nunatsinnut tulluarnuusaqarput, taamaattumik Nuummi isumasioqatigiissitsivugut ilinniarnertuunngorniartumit inuusuttut suliaqarfimmilu sulisut katersorlugit, tassani isummavut isiginnittaatsivullu ilaatillugit.

Ini toqqissisimanartoq

Ilinniusiat tallimanik kapitaleqarput. Ini toqqissisimanartoq, killissat, timi, suaasuseq atoqateqarsinnaassuserlu, atoqatigiinneq naartunaveersaarnertu. Kapitalini tamani sungiusaateqarpoq, klassimi oqaloqatigiinnermi aallaavittut atornerqarsinnaasunik.

Ini toqqissisimanartoq tassaavoq sumiiffimmik pilersitsinissaq atuarnut peqataannissaminnut soqutiginniffigisaannik apeq-quteqarfisinnernaasaannillu, illaruatigineqartutut misigisimanatik. Ilinniartitsinnermi akisussaaffigaa avatangiisunik toqqissi-

simanartunik pilersitsinissaq, taamaallutik atuarnut misigalugu misilittakkatik isummatillu atoqateqartut. Matumanilu pingaartuuvoq, naak misigisat oqaluserinnerat nuanneraluortoq, imaassinnaammatt kingorna peqqissimissutigineqartut. Tamatuma saniatigut qulequttat ilaat atuarnut atornerlunneqarsimasuni qisuariartitsinnernaapput.

Killissat

Killissat pillugit kapitalimi sungiusarneq "Tunu tunumut" aallaavigineqarpoq, "Mitaarneq eqqoriaruk", "Aap qujanaq! Qujaannarpunga", "Unigit – nammineq pigaara!" kiisalu nukappiaraq Miki atornerlunneqartoq pillugu takkajaamik allasimasooq. Sungiusaatit oqaluttuallu klassimi oqaloqatigiinnermut aallaaviussapput, qanoq killiliisoqartarnersooq, aamma soq killiliineq taama pingaartigisoq.

– Killissat qulequtaapput, oqaasertalissallugit uagutsinnut pingaartut, ajoraluurtumik maani nunatsinni amerlaqisut atornerlunneqartarmata. Tamannalu aamma pinnerluttulerinnermi inatsimmi pinngitsaaliinnermi aalajangersakkanik akuersaarnissamik aalajangersakkanut atugaalersus-

sanut attuumassuteqarpoq, Lisa Ivalu Lind oqarpoq.

Timi atoqatigiinnerlu

Timi pillugu kapitalimi tikinneqartut ilagaat timi assigiinnigitsunik isikkoqartoq, inuusuttuarangorneq nukappiaqqani niarsiaraqanilu qanoq ingerlasarnersooq, aqartarneq niarsiarnertu pillugit isummiutiinnakkat. Suaasuseq atoqateqarsinnaanertu pillugit kapitalimi suaasutsit assigiinnigitsut sammeneqarput, ileqqullu inuiaqatigiinniittut aassersuutigalugu niarsiaraqat nukappiaqqallu pissusilersuutaat. Kapitali kingullermi "Atoqatigiinneq attaviillu" atoqateqatigiinneq, naartunaveersaarnertu, kinguaassiuutitigut nappaatit naartunertu itisuumik eqqartorneqarput. Atortussat naalerneranniippat kinguaassiuutitit titartakkat.

Atortussani sungiusarnertu aamma qulequttat soorlu pisinnaatitaaffiit, timip sananeqaataa, misigissutsit, timip oqariartuutai attaveqatigiittarfinnilu assinik ingerlatiseqqisarnertu sammeneqarput. Tamatuma saniatigut Tusaannga pillugu paasissutissat ilaapput, soorlu meeqqanut, inuusuttunut inersimasunullu oqarasuaatit siunnersui-

nermut atornerqartut. Atortussat ilassutaatut aamma filmiliortoqarsimavoq, Paarisap nittartagaaniittumik.

– Atortut suliarinneranni anguniagaraarput meeqqat atuarfianni atoqatigiinneq pillugu ilinniartitsinnerup assigiissaarlugulu qaffassarnissaa. Siunissaq ungasinnerusoq isigalugu kinguaassiuutitigut nappaatit, kissaatiginnigisamik naartunerit atornerluinnerillu annikillissinnerneqarput, Aka Binzer-Johnsen oqarpoq.

Akuersaarnertu inatsisissaaq

Naalakkarsuisut pinnerluttulerinnermi inatsimmi pinngitsaaliinnermut aalajangersakkanik akuersaarnertu inatsisissatut siunnersuut saqqummiuppaat, taannalu ukiakkut ataatsimiinnermi siullermeerneqarlunilu aappasaaneerneqassaaq upernaakkullu ataatsimiinnermi naggataarutaasumik akuersissutigineqarluni.

Inatsisissatut siunnersuutit 2021-mi ukiut nikinneranni Danmarkimi pineqaatissisarnertu inatsit atuutilersooq assigaa. Taamatut aalajangersaannik oqaatigineqarpoq atoqatigiinnerit tamarmik illuatungeriit akuersaarnertu tunngaveqassasut. Qularutigineqassanngilarlu atoqatigiinnerit illuatungeriinnut tamanut kajumissutimik tunngaveqartut. Taamaangippat pinngitsaaliinnerusimassaaq.

Ullumikkut Kalaallit Nunaanni pinnerluttulerinnermik inatsit taamaattullu ilaatigut pinngitsaaliinnermut pineqaatissisooqartarpoq inuup inuk alla nakuuserluni imaluunniit nakuusernissamik qunusaarluni atoqatigiinnermi imaluunniit allatigut inatsisaatsullorluni pinngitsaaliinnermut atoqateqarluni. Aamma pinngitsaaliisimasutut pineqaatissisooqartarpoq, inuk arlaatigut ima inissisimasooq iliuuserisamat akerlillissinnaanngitsooq atoqatigineqarsimappat. Akuersaarnertu inatsimmi nutaami inummik akuersaanngitsumik atoqateqarneq pinnerlunnertut isigineqassaaq.

Naalakkarsuisut naapertorlugit aalajangersakkanik taamaattumik eqqusineq taamaallaat politit, unnerluussisussaataasut eqqartuussivillu pinngitsaaliinnermut suliat qanoq nalilerlugillu suliarinnerannut sunniuteqassanngilaq. Aamma inuiaqatigiinneri isiginnittaatsimik allanngueqataasaaq, neriutigineqarluni inoqatit killissaat ataqatigineqarnerullissasut siunnessamilu killissanik taakkuninnga qaangiisarneq annikillissasooq.

Unnerluussisussaataasut sulii uppernarsisussaavaat suliami pineqartumi akuersaartoqarsimangitsooq. Tamanna kinaassusersiunngitsumik nalilersorluakkamillu ingerlanneqassaaq suliami pisimasut tigusaasut tunngavigalugit. Taamaallor-nikkut pinngitsaaliinnermut pinngitsaaliisullu inatsisitigut isumannaatsumik illersomeqarnissaat oqimaqqatigiissaarneqassaaq.

Najoqqutaq: Inatsisartut



LEIFF JOSEFSEN

– Killissat qulequtaapput, oqaasertalissallugit uagutsinnut pingaartut, ajoraluurtumik maani nunatsinni amerlaqisut atornerlunneqartarmata. Tamannalu aamma pinnerluttulerinnermi inatsimmi pinngitsaaliinnermi aalajangersakkanik akuersaarnissamik aalajangersakkanut atugaalersussanut attuumassuteqarpoq, Lisa Ivalu Lind Paarisami peqqissutsimut siunnersortaasooq oqarpoq.

– Grænser er et emne, der har været vigtigt for os at få italesat, da der desværre sker mange overgreb her i landet. Og det hænger jo også sammen med den nye samtykkebaserede voldtægtsbestemmelse i kriminalloven, som er på vej, siger Lisa Ivalu Lind, der er sundhedsfaglig konsulent i Paarisaa.

Inuusuttumiit inuusuttumut

Siorna Nuummi ilinniarnertuunngorniartut 8. klassimi atuartunut atoqatigiinnermi peqqissuseq, timip sananeqaataa, kinguaassiuutitigut nappaatit atoqateqarnerlu pillugit ilinniartitsipput

All. Trine Juncher Jørgensen

Usuup-puua qanoq peerneqartarpa? Clamidia qanoq tuniluuttarpa? Atoqateqarneq anernarpa?

Tamakuupput Tupaarnaq Lyng Johansen (22), Heide Kristiansen (27) aamma Sialuk Olesen (18) Paarisap misiliutitut suliniutaani "Inuusuttumiit inuusuttumut" Nuummi 8. klassini atuartunik atoqateqar-nikkut peqqissuseq, timip sananeqaataa, kinguaassiuutitigut nappaatit atoqateqar-nerlu pillugit ilinniartitsimmata apeq-puterpassuit ilaat.

– Meeqqat atuarfianni uanga nammineq kinguaassiuutit pillugit ilinniartinneqar-punga, tamannalu pissarsiffisorsuungila-ra, taamaattumik una suliniut atuarakku peqataaneq soqutiginarsinnaasutut na-lilerpara. Nukarlernik qatannguteqarpu-nga, taamaallungu apeqqutinik akisar-neq sungiusimavara paquminartullu am-masumik oqaluuseralugit. Ammaneq taa-maattoq uanga inuiaqatigiinni nalingin-naasumik atulissasoq kissaatiginartippa-para, Tupaarnaq Lyng Johansen oqarpoq.

Apeqquterpassuit

Katillugit ilinniarnertuunngorniartut aqqanillit kajumissutsiminnik ilinniartitsi-sussatut nalunaarput, Paarisamillu peqqis-sutsimik suliaqartut marluk, Aka Binzer-Johnsen aamma Lisa Ivalu Ling, peqati-galugit Nuummi inimi ilinniartitsiffiusumi immikkut ittumi atuqatigiinnik ilinni-



– Tupaarnaq Lyng Johansen, Heide Kristiansen aamma Sialuk Olesen Paarisap misiliutitut suliniutaani "Inuusuttumiit inuusuttumut" peqataapput.

– Tupaarnaq Lyng Johansen, Heide Kristiansen og Sialuk Olesen har alle været en del af Paarisap pilotprojekt fra "Ung til ung".

nammineq paasisassasorsimavunga, Heide Kristiansen oqarpoq, Sialuk Olesen niaqquminik anngaavoq:

– Tamakku pillugit inersimasunik oqaloqateqarneq peqqusiileqinaqaaq. Ukioqatigisannik oqaloqateqarusunneruvunga,

– Taamatut pisoqartillugu paatsiveerutilatsiartoqartarpoq eqqarsarluni pineqar-toqajuallatsinnagu pisoq qanoq unitsinne-qarsinnaanersoq, Tupaarnaq Lyng Johansen oqarpoq.

– Inuusunnerullunga nukappiaraq itigartikkukkuajuallatsinnissaa ernumagisupilussuura. Maannali misigimane-ruvunga, "fuck it", oqaannartarpungalu "Suniartutinuna", arlaat qaninniaaraangat, Sialuk Olesen ilaliivoq.

– Ukioqqortunerulerluni aamma killisat suunersut ilisimaneqarnerulersarpoq. Inuusuttuaraalluni qanoq iliuuseqarfigi-nissaa nalunartarpoq. Tamakku atuartullu annertuumik oqaluuserisarpavut. Ilaannut killiliinissaa ajornakusoortupiluussuuvuq. Mianerissarsarsuuaqarpoq tusatsiakkallu pilersinneqapallattarlutik, Tupaarnaq Lyng Johansen oqarpoq.

Ilinniartitsineq ilikkagaqarnartoq

Inuusuttut suliniummi "Inuusuttumit inuusuttumut" peqataanertik ilinniartifigisimaqaat:

– Nikuiinnarluni oqalugiarneq ilinniartioqaaq. Tamatumali saniatigut nuannerpoq inuusuttunut tunniussaqaarneq, uterfigineqarlunilu. Pissarsinaqaaq, Heide Kristiansen oqarpoq.

– Aallaqqaammut qanoq ingerlassanersoq pissanngatigeqaarput. Ingerlalluqaarli, saqqumiinivullu amerliartortillugit ingerlalluarnerrulluni, Tupaarnaq Lyng Johansen oqarpoq.

Sialuk Olesenimut aamma ilinniartifiusimaqaq.

– Saqqummiinissamut pikkorinnerujartorpugut amerliartortillugit. Aamma ilisimanerulerpara nammineq kinguaassiuutit-nik atuineq pillugu ilinniartinneqarnera amigarsimaqisoq.

Naalackersuisut ersarissumik anguniagaraat nappaatit kinguaassiuutitigut tuniluuttut naartuersinnerillu ikilisinneqassasut. Aamma inuusuttut timiminnut killiliisinaanissamullu pikkorinnerulissallutik.

titsillutik kinguaassiuutitigut peqqissuseq sammillugu ullormi immikkuullarissumi.

Ilinniarnertuunngorniartut holdinut 2-3-nut agguanneqarput, kinguaassiuutit atornerat, timi, killigitat, kinguaassiuutitigullu nappaatit il.il, pillugit aallarniillutik atuartut apeqquteqarsinnaasarlutik.

– Kinguaassiuutitigut nappaatit pillugit apeqquterpassuupput, Tupaarnaq Lyng Johansen oqarpoq.

Ilinniartitsineq ima aqqissuunneqarsimavoq ingerlannerani sivikitsumik unit-siartoqartarluni, atuartut inuusuttunukarlutik nammineq apeqqutissaminnik aperlutik.

– Amerlaqisut uagut nammineq sunik misigisaqarlutalu misiliisimanerput tusarusuppaat, Sialuk Olesen oqarpoq.

– Uagullu nammineq misilittakkavut ammasumik oqaluuseraavut. Isumaqarpunga tamanna uani oqaloqatigiinnermi pingaartuusoq, Tupaarnaq Lyng Johansen oqarpoq.

Paquminartut oqaluuserinerat

Inuusuttut amerlanerit isumaqarput kinguaassiuutit pillugit angajoqqaanik oqaloqateqarneq peqqusiileqinartoq.

– Anaanama tamakku pillugit oqaloqatiginiaraluarpaanga, oqaasertaleruminaat-sipparali. Angajoqarpungali tamakku pillugit oqaloqatigisinnaasannik, Tupaarnaq Lyng Johansen oqarpoq.

– Tamakku pillugit aperinissara tunuar-simaarfigiuaannarsimavara, taamaattumik

Sialuk Olesen oqarpoq.

– Eqqaamavara ilinniartitsinerup kingorna niviarsiaaraq takkuttooq oqarluni tassaniinnerput nuannaralugu, taamallu ammatigalutalu ikiuerusussuseqaratta, tamakkumi pillugit angajoqqaami oqaloqatiginissaat qunugaa, Tupaarnaq Lyng Johansen oqarpoq.

– Atuartut tunniusimaqaat illartaqalutillu, taamaattumik nuanneqaaq, Sialuk Olesen oqarpoq.

Suiaassuseq ataqqinninnerlu

Suiaassutsip soppiaasinnaanera nalorninarsinnaanera 8. klassimiittut ilisimaaraat, Tupaarnaq Lyng Johansenilu naapertor-lugu aamma allaanerulaartut paasineqarnerupput.

– Aamma ataqqineqarnerulersimavoq imaangimmat taamaallaat nukappiaraal-lunilu niviarsiaaasoqarsinnaanera. Uanga atuarallarama taamaangilaq, taamanik-kut qinngasaarisooqartarlunilu kanngusaarisoqartarpoq. Ullumikkut tapersersoqatig-iittoqarneruvoq allaanerunerlu akueri-saanerulluni.

Killiliineq ajornakusoortoq

Inuusuttut killiliisinaanermik ilinniartinnissaat pingaartuuvuq. Ajornakusoor-sinnaavorli. Tupaarnaq Lyng Johansen, Sialuk Olesen Heide Kristiansenilu tamar-mik niaqquminnik anngaapput aperine-qaramik nammineq killissaminnik qaa-ngiiffigitissimannertut.



– Nikuiinnarluni oqalugiarneq ilinniartioqaaq. Tamatumali saniatigut nuannerpoq inuusuttunut tunniussaqaarneq, uterfigineqarlunilu. Pissarsinaqaaq, Heide Kristiansen oqarpoq.

– Bare det at stille sig op og holde et oplæg, lærer man meget af. Men derudover er det rart at kunne give noget til de unge, der samtidig kommer tilbage til en. Det har været meget givende, siger Heide Kristiansen.



“Utoqqaat peqataatinnaannut
kajumissaarivineq pingaartippava.”

“Det er vigtigt at opmuntre ældre
borgere til at deltage.”

Nielseeraq Magnussen
Kajumissutsiminik suliaqartoq / Frivillig



Illit aamma nammineq
kajumissutsinnik suleqataarusuppit?

Vil du også være frivillig?

www.paarisa.gl/frivillighed



Avannaata
Kommunia

ISUMAGINNINNERMUT
AQUTSISOQARFIK
SOCIALSTYRELSEN







Fra ung til ung

Gymnasieelever i Nuuk underviste sidste år 8. klasses elever i seksuel sundhed, anatomi, kønssygdomme og sex

Af Trine Juncher Jørgensen

Hvordan tager man et kondom af? Hvordan smitter klamydia? Og gør sex ondt?

Det og mange flere spørgsmål fik Tupaarnaq Lynge Johansen (22), Heide Kristiansen (27) og Sialuk Olesen (18), da de som en del af Paarisas pilotprojekt fra "Ung til ung", underviste 8. klasses elever i Nuuk i seksuel sundhed, anatomi, kønssygdomme og sex.

– Jeg har selv haft seksualundervisning i folkeskolen, og det fik jeg ikke meget ud af, så da jeg læste om det her projekt, synes jeg, at det kunne være interessant at bidrage. Jeg har små søskende, så på den måde er jeg vant til at svare på spørgsmål og tale åbent også om de mere pinlige emner. Den samme åbenhed kunne jeg godt tænke mig, at vi fik i samfundet generelt, siger Tupaarnaq Lynge Johansen.

En byge af spørgsmål

I alt meldte 11 gymnasieelever sig som frivillige undervisere, der sammen med de to sundhedsfaglige konsulenter i Paarisa,

seksualitet, krop, grænser, kønssygdomme m.m. og så kunne eleverne ellers stille spørgsmål undervejs.

– Vi fik altid rigtig mange spørgsmål til kønssygdomme, siger Tupaarnaq Lynge Johansen.

Forløbet var tilrettelagt, så der var mange små pauser undervejs, hvor elever kunne komme op til de unge og stille spørgsmål af mere privat karakter.

– Der var mange der var interesserede i at høre, hvad vi selv havde oplevet og prøvet, siger Sialuk Olesen.

– Og vi var meget åbne om vores egne erfaringer. Det tror jeg er vigtigt i de her samtaler, siger Tupaarnaq Lynge Johansen.

Den pinlige samtale

De fleste unge synes, at det er pinligt at tale med deres forældre om seksuelle forhold.

– Min mor prøvede at tale med mig om det, men jeg kunne ikke rigtig sætte ord. Jeg havde dog mine storesøstre, som jeg kunne tale med, siger Tupaarnaq Lynge Johansen.

– Jeg har altid været tilbageholdende

Naalakkersuisut har en klar målsætning om, at antallet af seksuelle overførte sygdomme og provokerede aborter skal nedbringes. Samtidig skal unge have et sundt forhold til deres kroppe og kunne sætte grænser.

Aka Binzer-Johnsen og Lisa Ivalu Lind tog imod skoleklasser i et særskilt undervisningslokale i Nuuk til en anderledes dag med fokus på seksuel sundhed.

Gymnasieeleverne var opdelt i hold af 2-3, der indledte med en præsentation om

med at spørge om sådan noget, så jeg har måtte udforsket det på egen hånd, supplerer Heide Kristiansen og Sialuk Olesen nikker:

– Jeg synes det er mega akavet at tale med voksne om. Jeg vil hellere tale med



LEIFF JOSEFSEN

– *Nammineq meeqqat atuarfianni kinguaassiuutit pillugit ilinniartinneqarpunga pissarsiffigisorsuunngisannik, taamaattumik una sulniut atuarakku peqataanissara soqutigisimavara, Tupaarnaq Lynge Johansen, kajumissutsimillu atuartitsisut ilaat, oqarpoq.*

– *Jeg har selv haft seksualundervisning i folkeskolen, og det fik jeg ikke meget ud af, så da jeg læste om det her projekt, synes jeg, at det kunne være interessant at bidrage, siger Tupaarnaq Lynge Johansen, og som har været en af de frivillige undervisere.*

nogen på min egen alder, siger Sialuk Olesen.

– Jeg kan huske, at der kom en pige op bagefter og sagde, at hun var glad for, at vi var der, og at vi var så åbne og gerne ville hjælpe, for hun turde ikke tale med sine forældre om de her emner, siger Tupaarnaq Lynge Johansen.

– Eleverne var meget engagerede og de grinede meget, så det var bare mega hyggeligt, indskyder Sialuk Olesen.

Køn og respekt

De mere flydende kønsbegreber er noget som elever i 8. klasse er rimelig bevidste om, og der er ifølge Tupaarnaq Lynge Johansen også en større forståelse for dem,

der er lidt anderledes.

– Der er også en større respekt for, at man ikke nødvendigvis har lyst til at definere sig som dreng eller pige. Sådan var det ikke, da jeg gik i folkeskole, hvor der var mobberi og nedgørelse. I dag er man bedre til at støtte hinanden og det er mere accepteret, at man er anderledes.

Svært at sætte grænser

Det er vigtigt at unge lærer at sætte grænser. Men det kan være svært. Tupaarnaq Lynge Johansen, Sialuk Olesen og Heide Kristiansen nikker alle tre, da de bliver spurgt til, hvorvidt de selv har prøvet at få overskredet deres grænser.

– Lige når det sker, så går man lidt i panik og tænker på, hvordan man kan stoppe situationen uden at vedkommende bliver vred, siger Tupaarnaq Lynge Johansen.

– Da jeg var yngre, var jeg mega bange for at gøre en dreng ked af det, hvis jeg afviste ham. Men nu er jeg sådan lidt "fuck det", og jeg siger bare, "hvad fanden laver du", hvis der er nogen, der prøver på noget, supplerer Sialuk Olesen.

– Når man bliver ældre, så kender man sine grænser bedre. Når man er helt ung, så ved man ikke, hvordan man skal håndtere det. Det var noget vi talte meget med eleverne om. For nogle er det meget kompliceret at sige fra i en situation. Der er meget på spil og der kan hurtigt opstå rygter, siger Tupaarnaq Lynge Johansen.

Lærerigt at undervise

For de tre unge har det være meget lærerigt at deltage i "Ung til ung"-projektet:

– Bare det at stille sig op og holde et oplæg, lærer man meget af. Men derudover er det rart at kunne give noget til de unge, der samtidig kommer tilbage til en. Det har været meget givende, siger Heide Kristiansen.

– I starten var vi alle nervøse for, hvordan det ville gå. Men det har været meget positivt, og jo flere gange vi fremlagde, jo bedre gik det, siger Tupaarnaq Lynge Johansen.

For Sialuk Olesen har det også være en lærerig proces.

– Man bliver en bedre fremlægger, når man gør det flere gange. Jeg er også blevet mere bevidst om, hvad jeg selv manglede i min seksualundervisning.



LEIFF JOSEFSEN

– *Inuusunnerullunga nukappiaraq itigartikkukku ajullatsinnissaa ernumagisupilussuvara. Maannali misigimaneruvunga, "fuck it", oqaannartarpungalu "Suniartutinuna", arlaat qaninniaangat, Sialuk Olesen (talerperleq), ilinniarnertuunngorniartut kajumissutsimikkut 8. klassinik suaassuseq, timi, killissat atoqateqarnerlu pillugit ilinniartitseqataasoq, oqarpoq.*

– *Da jeg var yngre, var jeg mega bange for at gøre en dreng ked af det, hvis jeg afviste ham. Men nu er jeg sådan lidt "fuck det", og jeg siger bare, "hvad fanden laver du", hvis der er nogen, der prøver på noget, siger Sialuk Olesen (yderst til højre), der også har været en del af korpset af frivillige gymnasieelever, der har undervist 8. klasses elever i køn, krop, grænser og sex.*



“Takorloorsinnaangilara nammineq
kajumissutsimik suliaqarani inuuneq
qanoq issanersoq.”

“Jeg kan slet ikke forestille mig, hvordan
det ville være, hvis man ikke var frivillig.”

Maja Nielsen
Kajumissutsiminik suliaqartoq / Frivillig



Illit aamma nammineq
kajumissuttsinnik suleqataarusuppit?

Vil du også være frivillig?

www.paarisa.gl/frivillighed



Peqataatitsilluni timersornikkut ataatsimoorfiit

Sumiiffinni timersornikkut ataatsimoorfinni meeqqat inuusuttullu amerlanerulertariaqarput. Suliniummi Ataatsimoorluta Aalasa ilaatigut sungiusaasut kajumissutsiminnillu sulisut ataatsimoorfimmii toqqissisimanarnerusunik pilersitsinissaminnut meeqqanillu tamanik akuutitsinissaminnut pikkorinnerulernissaat qitiutinneqapog

Sisimiuni workshoppimi peqataasut aq-qaneq-marluk ammalortunngorsimapput. Tulleriiaarlutik nerrivimmit kortimik makitsisarput, kingornalu oqaluuseralugu as-seq ataatsimoorfigisaminni qanoq oqalut-tuarnersoq. Peqataasut ilaata meeqqat illartut assinga makippaa, kingornalu oqaluttuarluni ataatsimoorfimmik pilersitserusulluni meerarpassuit nuannisarfigisaannik. Allap assi Olympiadep ilisar-naataanik assitalik tiguaa, kingornalu

oqarpoq neriulluni meeqqat ataatsimoor-neq aqutugalugu timersuut nuannarisar-tik sammisinnalissagaat ullullu ilaani OL-imut peqataallutik.

Peqataatitsineq

Taamaaliorneq ilaatigut takutitsivoq, ataatsimoornerit qanoq assigiinnngitsigisumik paasinerivut, novembarip qiteqqun-nerani suliniutip Ataatsimoorluta Aalasaq Timersoqatigiit Kattuffiata, Unicefip,



43-54 MEEQQAP PISINNAATITAAFFII PILLUGIT ISUMAQATIGIISSUT

FN's børnekonvention:

Børnekonventionen som blev vedtaget den 20. november 1989 er den FN-traktat, som nyder størst opbakning blandt alle verdens lande. Grønland tilsluttede sig konventionen i 1993. 194 lande har skrevet under på, at de vil følge Børnekonventionen.

Børnekonventionen deles typisk op i 4 overskrifter:

- Barnets grundlæggende rettigheder
- Barnets ret til udvikling
- Barnets ret til beskyttelse
- Barnets ret til medbestemmelse



Nerrivimmi kortit assiliartallit ataatsimoorneq pillugu oqaloqatigiinnermi isumassarsiorfiupput. Billedkortene på bordet fungerer som inspiration til en samtale om fællesskaber.

Paarisap Qeqqatalu Kommniata sungiusaasunut, kajumissutsiminnik sulisunut allanullu meeqqat inuusuttullu timersorneranni soqutiginnittunut workshop-pertitsineranni sammisat ilagiinnarpaat. Anguniagaavoq peqatigiiffinni sungiusaasut kajumissutsiminnillu sulereersut ataatsimoorfinnik toqqissisimanartunik peqataatitsisunillu pilersitsinissaannik isummersuinissaq.

mersoqatigiillu kattuffianni sulisoq, Apollonie Kreuzmann, oqarpoq, meeqqanut inuusuttunullu ataatsimoorfinnik toqqissisimanartunik, peqataatitsisunik, peqqinartunik sammisaqarfiusunillu pilersitsisussa.

– Soorlu pitsaasumik tikilluaqqusinnaaq, timersoqatigiit peqatigiiffiini ingerlallua-reersup annertusillugulu nukittorsarnissaa pineqarpoq.

Ataatsimoorluta Aalasa tunngaviuvoq meerarpassuit kiserliortutut misigisarnerat. Timersorluni ataatsimoorfiit aaqqiissutissat ilagisinnaavaat. Kisianni soorunami matumani pisariaqassaaq meeqqat peqataatinneqartutut peqatigiiffinnilu tikilluaqquneqartutut misiginissaat, tamannalu suliniummi qitiutinneqarpoq.

Unicef Danmarkimi suliniummi pisortaq Aviaaja Pregaard.

– Sumiiffinni najugallit tassaapput peqatigiiffilerinnermi misilittagaqarlutillu immikkut ilisimasallit. Timersorluni inuuner-mi meeqqanut avatangiisit pilersinniarne-ranni ikuiuppugut, meeqqat pisinnaati-taaffii pillugit isumaqatigiissut oqaluttua-ralutigu, timersoqatigiit kattuffiata meeqqanik isiginneriaasia nutaaq sammil-lugu sakkussaannillu tuniorarlutit im-maqa sungiusarnermi toqqissisimanar-ne-rusunik peqataatitsisumillu pilersitseqa-taasinnaasunik, Qeqqata Kommuniani ti-

Paarisami suliniummi aqutsisup Julie Dalsgaardip isumaqatigaa, pineqartoq tassaasoq sungiusaasut, kajumissutsimin-nik sulisut allallu meeqqanut avatangiis-inik pitsaasunik pilersitserusutut ataatsi-moorfimmii suleriaqqinnissaminnut isum-manik sakkussanillu tuniorarnissaat. – Workshopperiarlutik takkussimasut tamarluinnaasa nuannaarutigeqaavut. Uagutsinnut iluatsitsinerussaap peqatigiif-fimminnut uterlutik nutaanik ilisimasaqa-lerlutillu isumassarsisimanissaat qanoq

pitsaanerusunik ataatsimoorfimminni meeqqat inuusuttullu akuutinnerulersinnaanerlugit. Workshoppimi aamma peqataasut namminneq akuutinnissaat qitiutinneqarpoq, assersuutigalugu qanoq namminneq tassaasinnaanerlugit inersimasut toqqissisimanartunik pilersitsisut nammineq misilittakkatik ingerlatsinertillu aallaavigalugit, Julie Dalsgaard oqarpoq.

Avatangiisit peqataatitsisut

Sungiusaasut ilaata assersuutigalugu oqaluttuaraa meeqqat tunuarsimaartut maluginiarnerusalersimallugit, ataatsimoorfinnullu akuutinnerulersinnaasut soorlu sungiusarnerit nikisinnerisigut allatullu ittumik sungiusarluni. Alla oqaluttuarpog meeqqat takkuteqqaartut qanoq tikillu-aqquneqartarnersut, sungiusaanermit kingornanilu akuutitsiniarnermi iliuseqarnerusinnaagaluarlutik.

– Pitsaasumik tikilluqqusisarneq taamaallaat atuutinngilaq sungiusariaqqaartoqartillugu. Sungiusarnerup ingerlanerani aamma taamaappog, naggataatigullu,

tikilluqqusaasutut misigisimanissamat. Workshoppimi sungiusaasut arlaqartut oqaluttuarpog, meeqqat sungiusariaqqaarnerminni ingerlalluarsorinarsinnaasartut kingornali takkuteqinnatik, Apollonie Kreutzmann oqarpoq.

Meeqqanik isiginnittaaseq

Workshoppip ingerlanerani saqqummiisut ilaat aamma meeqqanik isiginnittaaseq pillugu oqalugiarpog, ukiuni kingullerit annertuumik allanngoriartorsimasog. Ulumikkut pisinnaatitaaffiit aallaavigalugit meeqqanik isiginneriaaseqartoqarpoq, meeqqat tamarmik ataatsimoorfimmililuujuullutik sunngiffimminnilu toqqissisimanartumik peqqinnartumillu inuunisamat pisinnaatitaaffeqarlutik.

Suliniuummi meeqqanik isiginnittaaseq taamaattoq tunngavissanik sisamanik aallaaveqarpoq, tassalu naligiissumik naleqarneq akuerineqarnerlu, akuutinneqarneq ineriartornerlu kiisalu meeqqat pisinnaatitaaffiit ilisimasagarneq.

– Avatangiisit taamaattut timersornermi

peqatigiiffinni meeqqanut pilersittarpavut, apeqquataalluni meeqqanut isiginninnerput qanoq innersog. Meeqqat isigineqarsinnaapput perorsagassatut imaluunniit inissitassatut, naligisatulli tunniussinnaasaminnullu akuerineqartussatut isigineqarsinnaapput, Aviaaja Pregaard, Unicef Danmarkimi suliniuummi pisortaq, oqarpoq.

Qeqqata Kommuniiani misiliummik suliniut decembarimi naammassissaaq. Kingorna suliniutit naliliiffigineqassapput tamannalu tunngavigalugu piviusunngortinnissaannut pilersaarusiortoqassaaq, upernaarulu nunami tamarmi ingerlanneqassalluni. Anguniagaavoq suliniutit 2025-mi nunami tamarmi ingerlanneqarnissaat, taamaallilluni siunissami ataatsimoorfimmililuujuullutik tamani kajumissutsiminnik sulisunut annertusineqassalluni aamma isumaginninerup iluani.

Ataatsimoorluta aalasa

Suliniut meeqqat pisinnaatitaaffii peqatigiiffeqarnermi sammisassanik timersornermillu akoqarpoq – meeqqat inuusuttullu inuunerinnissaminnut tunngavissanik pitsaanerpaanik pissarsitinnissaat kissaatigalugu.

Kalaallit Nunaanni timersorneq peqatigiiffilerinerlu ataatsimoornermut tunngaviuvoq, meeqqat inuusuttullu kinaassutsimikkut inooqataarnermikkullu ineriartortinneqarlutik. Aalanissaq, pinnguarnissaq inoqatillu akomanni sammisaqarneq qitiutillutit inuppasuarnut ataatsimoorfik katersuuffillu. Timersornikkut ataatsimoorfimmililuujuullutik meeqqat inuusuttullu inoqatitit ataqqillugit allanik peqateqarnissartik ilinniartarpaat. Aamma kukkuneq, akkerliissinnaaneq pakatsinissarluni ilinniartarpaat – ingerlaqqillutillu. Maannakkullu timersorneq amerlanerusunut ornigineqanngilaq, siusinnerusumullu naleq-qiuullugu meeqqat ikinnerullutik. Akuutitsilluni ataatsimoornermik pisariaqartitsisoqarnerani meeqqat inoqateqarnissamik piginnaasaasa piorsarnissaanni pingaartunillu sammisaqarnermik pikkorinnerulernermillu misigitinnissaanni pisariaqarpoq timersornerup allatut ittumik eqqarsaatigeqqinnissaa meeqqat pisariaqartitaasa kissaataasalu naammassinissaannut – sammisat imarisaallu meeqqanut peqataanningsunut tuluarsarsinnaallugit. Matumani timersornermi avatangiisit meeqqanut pilersitavut meeqqanillu isiginneriaaserput samminerusariaqarparput. Timersornermi meeqqanik isiginnittaaserput inersimasunillu meeqqanik sullissisunik piginnaanngorsaanikkut meeqqat pisinnaatitaaffii aallaavigalugit nukissaqartunngortinnerisigut – soorlu sungiusarnermi toqqissisimanartunik avatangiiseqarnissamik pisinnaatitaaffii, isummersinnaanermit pisinnaatitaaffik, timersuummik allanillu toqqaasinnaanermit pisinnaatitaaffik – aqqutigalugit timersornermi meeqqanut avatangiisit pitsaasut pilersinneqarsinnaapput, meeqqat inuusuttullu pitsaasumik ineriartornissaannut avatangiisinik pitsaanerpaanik pilersitsisut.

Taamaattumik suliniuummi pingaarnepaavoq meeqqat pisinnaatitaaffii tunngavigalugit timersornerup silarsuaani avatangiisinik meeqqanut toqqissisimanartunik, peqqinnartunik akuutitsisunillu pilersitsinissaq.

Ataatsimoorluta Aalasa Unicef-ip, Timersoqatigiit Kattuffiata Paarisa suleqatigalugu ukiuni sisamani suleqatigiinnissamik suliniutigaaq Politiit nunatsinnilu innuttaasut peqqissusaannut ingerlatsivik taapersortigalugit. Suliniut Nordea-Fondenimii, KNI-miit, IKIIN-miit Sportsgoods-fondenimillu aningaasalerneqarpoq.

Timersoqatigiit Kattuffianni meeqqanik isiginneriatsimi tunngaviit sisamat

1. Naligiinneq akuersaarnerlu:

Meeqqat tamarmik peqatigiiffinni ataatsimoorfimmililuujuullutik qanoq ittuunerminnut akuersaarneqassapput, sunik piginnaasaqarnerat iliuuserisaallu tunngaviginagit. Aamma meeqqat inuusuttullu periarfissaqassapput Kalaallit Nunaanni sunngiffimmililuujuullutik ataatsimoorfimmililuujuullutik peqataannissaminnut qanorluunniit suaassuseqaraluarunik, inuiaassuseqaraluarunik, oqaaseqaraluarunik, inuiaqatigiinni inissisimaneq anguniakkat allallu apeqquataatinnagit. Timersornikkut ataatsimoorfimmililuujuullutik meeqqat ataatsimoornerisartik ilinniartarpaat meeqqat allat inersimasullu ataqqillugit – assigiinngissuteqarnerpullu apeqquataatinnagu.

2. Akuutinneqarneq peqataatinneqarnerlu:

Meeqqat tamarmik pisinnaatitaaffigaat timersornermikkut allatigullu ataatsimoorluni sammisaqarfinni nuannaarnerup ataatsimoornerullu misiginissaat. Meeqqat ataatsimoorfimmililuujuullutik taakkuninnga pilersitseqataasuupput, inersimasullu akissusaaffigaat meeqqat akuusinnaanissaat, ilaatinneqartutut misigalutik ataatsimoorfiullu ineriartorneranut peqataatinneqarlutik.

3. Illersugaaneq ineriartornerlu:

Meeqqat tamarmik timersornermi toqqissisimanissaminnik pisinnaatitaaffeqarput, timikkut tarnikkullu sumilluunniit innarlerneqaratik. Ataatsimoorfiit toqqissisimanartut peqqinnartullu meeqqat ineriartornissaannut inuunerinnissaannullu tunngaviupput. Aalanerlu, pinnguarneq timersornerlu timikkut peqqissuunissamik nukittunerulersitsippot, aammali taamaaqataanik meeqqat tarnimikkut peqqissuunissaannut inuunerinnissaannullu.

4. Meeqqat pisinnaatitaaffiit ilisimasagarneq:

Timersoqatigiinni peqatigiiffimmililuujuullutik inuunermit meeqqat inersimasullu tamarmik meeqqat pisinnaatitaaffiit ilisimasagarlutillu atuutsitsissapput, matumanilu pisariaqarpoq tunngaviit pingasut malinneqarnissaat: "Naligiinneq akuersaarnerlu", "Akuutinneqarneq peqataatinneqarnerlu" aamma "Illersugaaneq ineriartornerlu". Imaappog pisinnaatitaaffinnik tunngaveqarluni sulisoqassasoq, taamaallilluni meeqqanik suleqateqarnissami suniluunniit naleqassutsimut tunngavissisoqarluni. Timersorneq peqatigiiffimmililuujuullutik timersornerinnaanngilaq. Tassani meeqqat aamma pisinnaatitaaffiit inooqataanertillu ilisimaarilersarpaat, taamaallutik ilungersunartut anigorsinnaallugit ataatsimoorfimmililuujuullutik peqataatillutik.



Sumiiffinni najugallit tassaapput peqatigiiffilerinermit misilittagaqarlutillu immikkut ilisimasallit. Timersorluni inuunermit meeqqanut avatangiisit pilersinniarneranni ikiuuppugut, meeqqat pisinnaatitaaffii pillugit isumaqatigiissut oqaluttuaraqartut, timersoqatigiit kattuffiata meeqqanik isiginneriaasia nutaaq sammillugu sakkusaannillu tuniorarlugit immaqa sungiusarnermi toqqissisimanarnerusunik peqataatitsisumillu pilersitseqataasinnaasunik, Apollonie Kreutzmann (saamerleq), uani assimi Unicef Danmarkimi suliniuummi pisortaq Aviaaja Pregaardimik peqateqartoq, oqaluttuarpog.

– Det er de lokale, der har erfaringen og ekspertisen fra foreningslivet. Vi hjælper med at sætte nogle rammer for børn i idrætslivet og fortæller samtidig om børnekonventionen, GIF's nye børnesyn og giver dem nogle redskaber til, hvad der måske kan skabe mere trykthed og inklusion i træningen, fortæller Apollonie Kreutzmann (tv), der her ses sammen med programleder i Unicef, Aviaaja Pregaard.



– Soorlu pitsaasumik tikilluaqqusinissaq, timersoqatigiit peqatigiiffiini ingerlalluareersuni annertusillugulu nukittorsarnissaa pineqarpoq, Apollonie Kreutzmann oqarpoq.

– Det handler f.eks. om en god velkomst og om at forstørre og forstærke det, der allerede fungerer godt i idrætsforeningerne, siger Apollonie Kreutzmann.

Inkluderende idrætsfællesskaber

Vi skal have endnu flere børn og unge med i de lokale idrætsfællesskaber. Projektet Ataatsimoorluta Aalasa (bevægelse i fællesskab) har blandt andet fokus på at inspirere trænere og frivillige til at blive endnu bedre til at skabe tryghed og inkludere alle børn i fællesskabet

De 12 deltagere på workshopen i Sisimiut står i en cirkel. Efter tur tager de et kort fra bordet, hvorefter de beskriver, hvordan billedet for dem beskriver deres fællesskab. En deltager tager et billede af et barn, der griner, hvorefter hun fortæller, at hun gerne vil have et fællesskab, hvor der er mange børn, der har sjovt. En anden tager et billede af de olympiske ringe, hvorefter han siger, at han håber, at børnene igennem fællesskaber kan få lov til at dyrke den sport, som de kan lide, så de en dag

måske kan komme med til OL.

Inddragelse

Øvelsen, der blandt andet viser, hvor forskelligt vi forstår og opfatter fællesskaber, er blot et enkelt element i en workshop, som Grønlands Idrætsforbund (GIF), Unicef, Paarisa og Qeqqata Kommunua arrangerede for trænere, frivillige og andre interesserede i børne- og ungeidræt som led i projektet Ataatsimoorluta Aalasa (bevægelse i fællesskab) i midten af november.

Baggrunden for Ataatsimoorluta Aalasa er, at mange børn føler sig ensomme. Idrætsfællesskaber kan være en del af løsningen. Men det er selvfølgelig en forudsætning, at børnene føler sig inkluderet og velkomne i foreningerne, og det er det, som projektet her har fokus på.

Aviaaja Pregaard, programleder i Unicef Danmark.

4 principper for børnesyn udviklet af Grønlands Idrætsforbund

1. Ligeværd og anerkendelse:

Alle børn i foreningsfællesskaber har ret til at blive anerkendt for dem de er, ikke for hvad de kan og gør. Og børn og unge skal have mulighed for at deltage i fritidsfællesskaber i Grønland uanset køn, etnicitet, sprog, social status og ambitionsniveau mv. Et stærkt idrætsfællesskab lærer børn at være sammen med og have respekt for andre børn og voksne - og for de forskelligheder, vi har.

2. Inklusion og medinddragelse:

Alle børn har ret til at opleve glæden og fællesskabet (følelsen af at høre til), som idrætten og de aktive fællesskaber danner rammen omkring. Børn er medskabere af disse fællesskaber, og de voksne har ansvar for, at børn får adgang, føler sig inkluderet og bliver inddraget i udviklingen af fællesskaber.

3. Beskyttelse og udvikling:

Alle børn har ret til et trygt idrætsmiljø uden nogen former for fysiske eller psykiske overgreb. Trygge og sunde fællesskaber er fundamentet for at fremme børns udvikling og trivsel. Og bevægelse, leg og idræt er centralt for at styrke den fysiske sundhed, men i lige så høj grad den mentale sundhed og trivslen for børn.

4. Kendskab til børns rettigheder:

Alle børn og voksne i idræts- og foreningslivet skal kende til og efterleve børns rettigheder, hvilket indebærer, at man efterlever de tre første principper "Ligeværd og anerkendelse", "Inklusion og medinddragelse" og "Beskyttelse og udvikling". Det betyder, at der skal arbejdes ud fra et rettighedsbaseret perspektiv, som danner værdigrundlaget for al samarbejdet med børn. Idræt og foreningslivet er meget mere end sport. Her får børn også kendskab til deres rettigheder og sociale dynamikker, som rustet dem til at håndtere udfordringer og indgå i fællesskaber.

Målet var at inspirere til at skabe trygge og inkluderende fællesskaber med udgangspunkt i, hvad trænere og frivillige allerede arbejder med i foreningerne.

– Det er de lokale, der har erfaringen og ekspertisen fra foreningslivet. Vi hjælper med at sætte nogle rammer for børn i idrætslivet og fortæller samtidig om børne-



Novembarip qiteqqunnerani Sisimiuni sungiusaasunut timersoqatigiillu peqatigiiffiini kajumissutsimik sulisunut Paarisa, Unicef, Qeqqata Kommunua Timersoqatigiillu Kattuffiat workshopertitsippit. Matumani suliniummut aqutsisoq, Julie Dalsgaard, Paarisameersoq Paarisa, Unicef, Qeqqata Kommunua og Grønlands Idrætsforbund afholdt i midten af november workshop i Sisimiut for trænere og frivillige i idrætsforeningerne. Her projektleder Julie Dalsgaard fra Paarisa.



Unicefimi suliniummi pisortaq Aviaaja Pregaard meeqqat pisinnaatitaaffii pillugit isumaqatigiissut nutaamillu meeqqanik isiginneriaaseq pillugit oqalugiapoq.

Programleder i Unicef Aviaaja Pregaard fortalte om Børnekonventionen og det moderne børnesyn.

konventionen, GIF's nye børnesyn og giver dem nogle redskaber til, hvad der måske kan skabe mere tryk og inklusion i træningen, fortæller Apollonie Kreutzmann, der er ansat af Qeqqata Kommunia og GIF til netop at fremme trykke, inkluderende, sunde og aktive fællesskaber for børn og unge.

– Det handler f.eks. om en god velkomst og om at forstørre og forstærke det, der allerede fungerer godt i idrætsforeningerne. I Paarisa er projektleder Julie Dalsgaard

enig i, at det handler om at give både trænere, frivillige og andre med interesse for at skabe gode rammer for børn, ideer og redskaber til at arbejde videre med i fællesskab.

– Vi var glade for hver og en, der mødte op til workshoppen. Det er en succes for os, at de går tilbage til deres foreninger med ny viden og ideer til, hvordan de endnu bedre kan inkludere børn og unge i deres fællesskaber. På workshoppen var der også meget fokus på at inddrage deltager-

ne selv f.eks. i forhold til, hvordan de selv er og kan være den trykghedsskabende voksen ud fra deres egne erfaringer og praksis, siger Julie Dalsgaard.

Inkluderende rammer

En træner fortalte f.eks., at hun var blevet mere opmærksom på de børn, der holdt sig lidt for sig selv, og som kan komme bedre ind i fællesskabet, hvis man f.eks. roterer mellem øvelser og rammesætter træning på en ny måde. En anden fortalte om, hvordan de gjorde meget ud af velkomsten til nye børn, men at de godt kunne gøre mere ud af inklusionen undervejs og efter træning.

– Det er ikke kun, når man kommer som ny til træning, at det er vigtigt med en god velkomst. Det er også undervejs, og afslutningsvis, at man skal føle sig velkommen. Der var flere trænere til workshoppen, der fortalte om børn, som egentlig havde virket til at trives under den første træning, men som ikke dukkede op igen efterfølgende, siger Apollonie Kreutzmann.

Børnesyn

Under workshoppen præsenterede oplægholderne også begrebet børnesyn, der har udviklet sig markant de senere år. I dag tager man udgangspunkt i et rettighedsbaseret børnesyn, hvor alle børn er værdis-

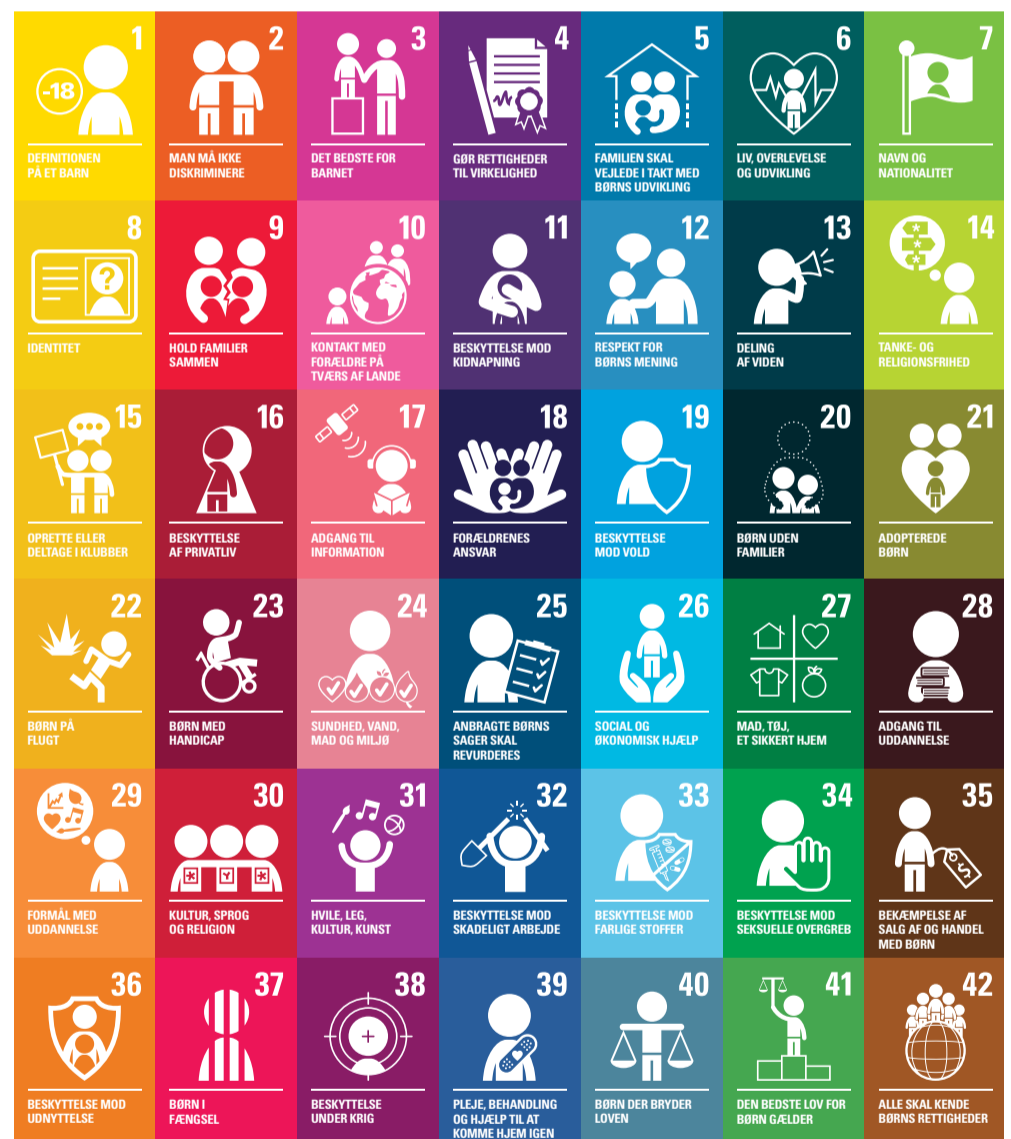
fulde i fællesskabet og har ret til et trygt og sundt fritidsliv.

I projektet har man arbejdet videre med dette børnesyn, som understøttes af fire grundlæggende principper, der handler om ligeværd og anerkendelse, inklusion og medinddragelse, beskyttelse og udvikling samt kendskab til børns rettigheder.

– Det miljø vi skaber for børn i idrætsforeningerne, afhænger i høj grad af, hvordan vi ser på børnene. Fra at se børn som nogle, der skal opdrages eller sættes på plads, skal børn ses som ligeværdige og anerkendes for det, de hver især bidrager med, siger Aviaaja Pregaard, programleder i Unicef Danmark.

Pilotprojektet i Qeqqata Kommunia slutter i december. Derefter skal indsatserne evalueres og på baggrund af dette, udformes en implementeringsplan og det skal så udrulles i hele landet til foråret. Målet er, at indsatserne er iværksat over hele landet i 2025, og på sigt kan udvides til alle frivillige i fællesskaber på socialområdet også.

”Ataatsimoorluta Aalasa” er et 4-årigt samarbejdsprojekt mellem Unicef, Grønlands Idrætsforbund (GIF) i partnerskab med Paarisa og med støtte fra politiet og Center for Folkesundhed i Grønland. Projektet er støttet af Nordea-fonden, KNI, IKIIN og Sportsgoodsfonden.



43-54



SÅDAN VIRKER KONVENTIONEN

BØRNS RETTIGHEDER

FN'S KONVENTION OM BARNETS RETTIGHEDER

FN's børnekonvention:

Børnekonventionen som blev vedtaget den 20. november 1989 er den FN-traktat, som nyder størst opbakning blandt alle verdens lande. Grønland tilsluttede sig konventionen i 1993. 194 lande har skrevet under på, at de vil følge Børnekonventionen.

Børnekonventionen deles typisk op i 4 overskrifter:

- Barnets grundlæggende rettigheder
- Barnets ret til udvikling
- Barnets ret til beskyttelse
- Barnets ret til medbestemmelse

Ataatsimoorluta Aalasa

Projektet Ataatsimoorluta Aalasa kombinerer børns rettigheder med aktiviteter og idræt i foreningslivet – med et ønske om at give børn og unge de bedst mulige forudsætninger for et godt liv.

Idrætten og foreningslivet i Grønland danner rammen om et fællesskab, hvor børn og unges identitet og sociale relationer udvikles. Et fællesskab og et samlingspunkt for mange med fokus på bevægelse, leg og social aktivitet. I et stærkt idrætsfællesskab lærer børn og unge at være sammen med og have respekt for andre. Her lærer børnene at hjælpe hinanden og at arbejde sammen om et fælles mål. De lærer også at fejle, håndtere modstand og skuffelse - og at rejse sig igen. Men idrætten tiltrækker i øjeblikket ikke flere, men færre børn end tidligere. Behovet for inkluderende fællesskaber, der udvikler de sociale kompetencer hos børnene og giver dem en oplevelse af meningsfyldthed og mestring kræver, at vi på mange måder gentænker idrætten og finder nye veje til at opfylde børnenes behov og ønsker – og formår at tilpasse aktiviteter og indhold til den ikke deltagende del af børnene. Det kræver et øget fokus på de miljøer vi skaber for vores børn i idrætten, og hvordan vi ser på børnene. Ved at arbejde med børnesynet i idrætten og med at klæde voksne, der arbejder med børn på, til at blive ressourcepersoner og arbejde med og ud fra børns rettigheder – eksempelvis retten til et trygt træningsmiljø, retten til at udtrykke sin mening, retten til at vælge idrætsgren mm. - skabes det gode børnemiljø i idrætten, som skaber de bedste rammer for at børn og unge kan udvikle sig positivt.

Hovedformålet med projektet er derfor at skabe trykke, sunde og inkluderende rammer for børn i idrættens verden baseret på børns rettigheder.

Niuertarfiit peqqinnartunik toqqaanissamut suleqataasut

Ilisarnaat "Kattulluta Inuuneritta" inuiaqatigiinnut oqariartuutaavoq pingaarutilik niuertarfiit ataatsimoorlutik Kalaallit Nunaanni innuttaasunik peqqinnerulersitsiniarnerannut

All. Trine Juncher Jørgensen

Kalaallit Nunaanni Brugseni sulisoqarnermut, attaveqarnermut niuernerullu pisortaq Benny Reffeldt Otte, Pisiffimmi niuernermut pisortaq Tina Hansen KNI-milu pisortaq Jeppe Jensen aperisimavavut, innuttaasut peqqissusaat pillugu Kalaallit Nunaanni niuertarfiit suleqatigiinneranni ukioq siulleq qanoq misigisimaneeraat.

Kalaallit Nunaanni Brugseni

Paarisamik suleqateqarnermi ukiumi siullermi susoqarsimava?

– Ukiumi siullermi suleqatigiinnermi peqataasut tamaasa ataatsimoorlunniarnerat sammisimavaput qulakkeerlugulu tamatta sumut ingerlarusunnerput isumaqatigiissutigigippat. Suleqatigiinneq aallartinneqarsimavoq sapinngisamik aporfeqangitsumik suleqatigiinnissap qulakkeernissaanut. Ulluinnarnimi niuertarfinni unammillerpugut, taamaattumillu suleqataasuni tamani tatigeqatigiinnermik pilersitsiniartoqarsimavoq, qulakkeerlugulu kikut tamarmik ataatsimut anguniagaqarnerput misigisimagaat, unammilleqatigiinnermi atukkat maleruagassallu tunulluittinngikkaluarlugit.

– Suleqatigiinnitsinni ataatsimut ilisar-

naateqalernissaq sulissutigisimavaput, pisisartut ilisarisinnaasaannik niuertarfitsinilu niuerniarnermi malissinnaasaannik. Ilisarnaat "Kattulluta Inuuneritta" oqariartuutaavoq pingaarutilik Kalaallit Nunaanni innuttaasut peqqissusaat pitsangorsarniarlugulu uagut niuertarfiutillit suleqatigiissutigigippat.

– Ukiumi siullermi Brugseni tunisassiat nioqutissallu suleqatigiinnermi pineqartut tunisaanerannut paasissutissanik katersinissamut periarfissat misissorlugillu qulakkeerniarsimavavut. Tamatuma kingornagut ilaatigut naatitat paarnallu qerisut tunisaanerannut ussasaarinnissamut periutsinik nutaanik eqqarsarsimavugut.

Saniatigut niuertarfitsinni suleqatigiinnerup takussutissaasa eqqunnissaat sulissutigisimavaput, taamaalilluni aappaagumiit ilisarnaatip malinnissaa pisisartutsinnut sulii ajornannginnerulerluni.

Suliniutit suut aallartippisigut?

– 2022-mi naatitat paarnallu qerisut ussasaarutiginerat annertusingaatsiarparput. Ukiup ingerlanerani ussasaarinnitsinni neqeroorutit pingaartinnerulersimavavut, nioqutissat pitsaanerumik inissisimalutik akiginnerullutillu maluginiarnerarneruleqqullugit. Periarfissaqartilluta ilisarnaat "Kattulluta Inuuneritta" atortarparput, suleqatigiinnerput erseqqissarniarlugulu.

– Annertunermik ussasaarinerup saniatigut internetikkut suleqatigiinnerput nitarsaassimavaput ataatsimoorluta videoliornitsigut. Taamatut suliniuteqarneq niuertarfitsinni tamani skærmini ussasaarinermi ingerlavoq, videolu attaveqatigiittarfinni allanilu qarasaasiakkoortuni saqqumilaartinniarimavaput.

– Ukiumi siullermi annermik qulakkeerniarsimavaput suleqatigiinneq nukittullunilu ataannarsinnaassasoq. Uagutsinnut pingaartuavoq ilisimasatta nukissatalu siunissamut ilaqutiginissaat. Anguniagaq ataaseq anguniarlugu tamatta suleqatigiippugut, isumaqarpugullu innuttaasut peqqissusaat pillugu pingaarutilinnik anguniagaqarneq ataatsimoorfigigutsigu nukittulerusinnaalluta, saniatigullu ulluinnarni unammilleqatigiilluta.

Alloriarnerup tullia suua?

– Suleqatigiinnermi alloriarnerup tulle-rissavaa tunisassianik sunik annertusiisanersugut, saniatigullu ataatsimoorluta innuttaasut akornanni suleqatigiinnerput ilisimaneqarnerulersillugu.

– Tamatuma saniatigut suleqatigiinnitta ilarujussuani ataatsimoorluta isumaqatigiissutigisavaput ataatsimut siunnerfeqarnissarput Paarisap tapersersugaani nunatsinni innuttaasut peqqissusaat pillugu suliniutimmi. Tamatuma piviusunnornissaanut uagut iliuseqarnissatsinnut piareersimavugut.

– 2023-mi Brugseni sulissutiginiarparput niuertarfitsinni tamani suleqatigiinnitta ersarissarnissaanut grafiskimik ator-tussanik nutaanik pilersitsinikkut, taamaalillutik ilaasortatta sullitattalu nunatsinni innuttaasut peqqussusaanut suliniutivut takusinnaallugillu ilisimanerulerlugit, tassungalu atatillugu sunik atugas-saqartitsinersugut.

– Aamma niuernermut atortunik nutaanik pilersitsiniarluta sulivugut, taamaalilluni nioqutissanik inniminneeriaasertput paasissutissanillu suliaqarlutalu katersisarnerput 2023-mi pitsaanerulissalluni.

Paarisa niuertarfiutillilu allat peqatigalugit suut anguniarpisigut?

– Kalaallit Nunaanni innuttaasut peqqinnerulersinissaat sulissutigiarput. Kalaallit Nunaanni innuttaasut peqqissusaanut sulinermi peqataanissarput pisussaaffigaarput, uanilu suleqatigiinnermi tigussaasunik uuttortarneqarsinnaasunillu takusinnaalissavaput iliuseqarnerput pingaaruteqarlunilu ilumut sunniuteqarnerseq.

– Tamatuma saniatigut qulakkeerusup-



– Niuertarfittut misigisimavugut nunatsinni innuttaasut peqqissuunissaannut annertuupilussuarmik akisussaaffeqartugut, innuttaasut tusindilikkaat ullut tamaasa niuertarfitsinni niuerniartarmata. Naak nioqutissat pisiartartutta pisiariumasaat neqeroorutigisinnaagaluarlutigit peqqinnartunik toqqaanissaannut sunniuteqarsinnaavugut, Brugseni sulisoqarnermut, attaveqarnermut niuernerullu pisortaq Benny Reffeldt Otte oqarpoq.

– Som detailhandelsvirksomhed føler vi, at vi har et kæmpe ansvar for folkesundheden i landet, da flere tusinde borgere handler i vores butikker dagligt. Selvom vi tilbyder alle de varer, vores kunder ønsker at købe, har vi en reel indflydelse på at fremme de sunde valgmuligheder, siger chef for HR, Kommunikation og Marketing i Brugseni, Benny Reffeldt Otte.



– Upperaarput Paarisu niuertarfiutillillu allat suleqatiginerisigut annertunernik angusasaqartugut kisimiilluta anguniagaqarnermiit, Pisiffimmi niuernermut pisortaqa Tina Hansen oqarpoq.

– Vi tror på, at vi i samarbejdet med Paarisu og de øvrige detailkæder kan opnå noget, der er større, end det vi ville kunne skabe alene, siger marketingschef i Pisiffik, Tina Hansen.

parput innuttaasut peqqissusaasa pitsanngoriartinnissaanut tunngavissunik pitaanerpaanik qulakkeerinnissarput. Isumaqarpugut tamanna angujuminarnerusasoq ataatsimoorluni iliuuseqarnikkut taamaallillutik niuertarfiit ataatsimoorlutik peqqinnerulernissamut arlalinnik suliniuteqarlutik, neriuutiginarluni pisisartut pisiariaasiannik allanngortitsinnaanisaq.

– Niuertarfittut misigisimavugut nunatsinni innuttaasut peqqissuunissaannut anertuupilussuarmik akisussaaffeqartugut, innuttaasut tusindilikkaat ullut tamaasa niuertarfitsinni niuerniartarmata. Naak nioqqutissat pisiartartutta pisiariaasaat neqeroortigisinnagaaluarlutigit peqqinnartunik toqqaanissaannut sunniuteqarsinnaavugut.

– Kissaatiginartipparputtaaq arlaatigit sunniuteqarfigisinnassallutigu siunissami namminersorlutik inuussutissarsiuteqartut pisortallu akornanni qanoq suleqatigiissinnaanersut. Allannguinissamut annertuumik periarfissaqarpoq namminersorlutik inuussutissarsiuteqartut pisortaqaarfiillu akornanni attaveqatigiinneq suleqatigiinnerlu nukittorsarneqarpat. Suleqatigiinnerup taassuma allat taamatut eqqarsartilerinnaassappagit siunissami Kalaallit Nunaat nukittunerussaaq, Benny Reffeldt Otte oqarpoq.

Pisiffik

Paarisamik suleqateqarnermi ukiup siullinup ingerlanerani susoqarpa?

Ukiumi qaangiuttumi Pisiffimmi ilisimaanerinerujussuanningsimavarpur Kalaallit Nunaanni niuertarfiutillit annersaattut inuiaqatigiit qanoq sunnersinnaanerivut kalaallinut innuttaasunut avatangiisinullu

pitsaanerpaasorisatsinnut. Piviusumik nutaaliorniarluta allannguiniarlutalu nerisassat, avatangiisit inuillu quleqtatut pingaernerutinniarlugit aalajangersimavarpur. Tigussaasumik oqaatigalugu suleqatigiinnermi kissaatigisimavarpur, pisisartutta pisiarnerminni inuussutisannik peqqinnartunik toqqaanissaasa ajornannginnerulersinnissaa kajuminnarnerulersillugulu. Maannagaarlutakusinnaalereerparput iluaqutaasoq. Tamatuma iluatsinneranut ilaatigut peqqutaavoq iluatsilluartumik suliniut ”Fri for søndag” ingerlassimagatsigu pisiartartutta allaat 25 procenti sipaarsinnaallugu nioqqutissat matuersaaserfimmik nalunaqqutsikat pisiarigunikkut, grøn balance ilaatigut paarnat naatitallu kiisalu laktoseqanngitsunik, gluteneqaanngitsunik, sukkoqanngitsunik imigassartaqanngitsunillu pisinermikkut. Tamatuma saniatigut aamma aningaasaliinissamut politikkerput nutartersimavarpur, suliniutinut sammisassanullu aningaasaliisarluta, Kalaallit Nunaata aningaasaqarnikkut piujuartitsilluni ineriartornissaanut piujuartitsinermut periusissatsinnut ”Nerisat, Avatangiisit aamma Inuit” naapertuuttunut aningaasaliisarluta.

Suliniutit suut aallartippisigut?

Pisiffimmi ussasaarinnitsinni iliuuserisavut aqutugalugit peqqissumik inooriaaseqarnissamik siuarsaavugut. Tamatuma saniatigut suleqatigiissitanik arlalinnik pilersitivugut, piujuartitsinermut suliniutitsinnut ”Nerisat, Avatangiisit aamma Inuit” taaneqartumi suliniutigisani siuariartormik anguniakkallu naammassinerannik qulakkeerisussanik. Matumani suliniutit ilagaat imeruusaatinik imigassartaqanngitsunik

tunisaqarnerulernissaaq kiisalu pisiartartut peqqinnarnerusunik toqqaanissaannut ajornannginnerulersitsilluta.

Alloriarneq tulleg suussava?

Pujuartitsinermik suliaqarnermi ilorraap tungaanut allanngortoqarnissaanik pilersitsiniarneq ajornakusoortuuvooq. Sulisutigaarpullu suliniutitta inuiaqatigiinni atugaalernissaat. Taamaattumik alloriarnerup tullerissavaa suleqatigisani anguniakkanut kisitsisit annertusinissaat, iliuuseqarnerorusukkatta, minnerunngitsumillu angusaqarnerulluta. Ukioq ataaseq ataalugu Pisiffimmi suliniutit annertusarsimavavut suleqatigiinnerup piujuartitsinissamillu periusissiat aqqani. Maanna suliniuteqarnerulissaagut. 2023 ukuiussaagut pisisartutta piujuartitsinermik suliniutitsinnik misigisaqarneruffiat.

Paarisu niuertarfiutillillu allat peqatigalugit suut angorusuppisigut?

Upperaarput Paarisu niuertarfiutillillu allat suleqatiginerisigut annertunernik angusasaqartugut kisimiilluta anguniagaqarnermiit. Ataatsimoorluta suleqatigiinnitsinni Pisiffimmi kissaatigisatsit pitsannguissamik pilersitsinissaaq tunngavissivoq. Siunissaaq peqqinnarnerusooq, inuunerinnarnerusorlu tamannalu inuiaqatigiinni inuunerinnerunermik pitsaanerulersitissalluni.

KNI

Paarisamik suleqateqarnermi ukiup siullinup ingerlanerani susoqarpa?

– Innuttaasut peqqissusaasa annertusarnissaat suliaasaavoq imaannaanngitsoq, iluatipparpullu – isumaqarpunga tamanna taamaallaat pisinnaasoq annertuumik su-

leqatigiinnikkut. Agguaqatigiissillugu nunatsinni innuttaasut ukiut inuuffii asser-suutigalugu Savalimmiuniit ukiunik qulunik ikinnerupput, inooriaatsimillu peqquteqartumik nappaatit aatsaat taama amerlatigalutik.

– Paarisap suliniuteqarneratigut taassumalu ataani suleqatigiiffissamik pilersitsisoqarpoq, niuertarfiutillit nunatsinniittut naapiffigisinnasaannik peqqinnissamullu suliniutitsinni suleqatigiiffigisinnasavut qulaajarlugit. Isumaqarpunga tamanna nalituupilussuusoq. Naak tamatta nammineq periusarput atorlugu peqqisuseq suliniutigaluarlutigu illoqarfinnilu arlalinni unammilleqatigiilluta, tamatta isumaqatigiissutigaarput niuertarfiit peqqisuseq pillugu suleqatigiinnerat pisiariaqartoq nalitoqisorlu.

– Ukiumut sisamakkaartumik ataatsimiittarpugut peqqissutsumut suliniutivut suleqatigiinnerpullu oqaluuseralugit. Peqqinnerulernissamut ataasiakkaarluta suliniutitta sunniutaata uuttortartarnissaa isumaqatigiissutigaarput. Pineqarpoq paarnat naatitallu qerisut tunisaanerannut kisitsisit Paarisamut nassuuttarnissaat. Peqqinnissamut suliniutitta uuttortarnissaanut tigussaasumik periuseqarneq pisisartut peqqinnartunik niuerniarnissaannut pitsaasumik sunniuteqarpoq.

Suliniutit suut aallartippisigut?

– Ukiumi qaangiuttumi KNI peqqissutsumut nutaamik periusissiorsimavoq ”Oqimaaqatigiissumik inuunissat”-mik taasatsinnik. Pisisartuvut annermik illoqarfinni mikinerusuni nunaqarfinnilu najugaqarput – tamannalu peqqissutsumik suliaqarnerisni soorunami aallaavigaarpur. Peqqisutsumik suliaqarneq sunniuteqassappat pingaarluinnartuuvooq suliniutit pisisartunut anguniassallugit piviusorsioortuunissaat peqqinnarnerusumillu ulluinnarni inuunissamut isumassarsiorfiullutik – kissaatiginarporlu isumaqarnissaat peqqisutsumut suliniutivut kalaallit kulturianut naleqatitaannullu tulluurtut.

– Kalorianik kisitsinissaaq pinnagu inuunermi oqimaaqatigiinnerusumik peqqinnartumik inuunissaaq pineruarput. Tamatta assigiinngilugut, inuunermilu oqimaaqatigiissumik inuunissap nassaarinissaa aalajangerneqartarpoq kinaassutsimiit, qassinik ukioqarnermit, sumi najugaqarnermit sunillu nuannaaruteqarnermiit.

– Periusissaaq suliniutinik tigussaasunik sisamanik malitseqarpoq: Niuertarfinni, Facebookimi KNR-imilu pisisartut maanna ”Oqimaaqatigiissumik inuunissat” takusinnaavaat peqqisuseq pillugu pisisartut qanoq ittuunerat oqariartuutillu takusinnaallugit. Niuertarfinni pisiartut naapinnegartarput oqimaaqatigiinnermut ammalortuliaq nivingalluni, tassaavorlu namminerisatsinnik nerisassat suunissaannik Kalaallit Nunaannut tulluarsagaq – inuit ataatsimoornerat aamma ilanngussimallutigu.

– Nioqqutissat pitsaasut nittarsaanniarlugit inuussutissat immikkut ittumik pitsaasutut pingaartutullu nalunaaqutsersimavavut, peqqinnarnerusunik allanngornerusunillu nerissagaanni. Qarasasiakkut neqeroortunut aviisitsinni Facebookimilu quppernitsinni tamani Mamari savut atorlugu ulluinnarni iganissamut najoqqutassiortarpugut, annermik tunngaviusumik inuussutissaativut tunngavigalugit (tamarmik Pilersuisup niuertarfinniittut). Mamarisavut.gl-imi Pipaluup nerisarsiortarfia ilanngussimavarpur meeqqanut angajoqqaavinullu tunngasoq. Meeqqat igaffimmi nuannersunik misigisaqarnissaat pineqarpoq igaassat nerisassiortarlutik, Jeppe Jensen oqarpoq.

Detailhandlen samarbejder om det sunde valg

Logoet "Sammen om det gode liv" er et vigtigt signal til befolkningen om, at detailhandlen i fællesskab vil forbedre folkesundheden i Grønland

Af Trine Juncher Jørgensen

Vi har spurgt henholdsvis Kalaallit Nunaanni Brugsenis chef for HR, Kommunikation og Markering, Benny Reffeldt Otte, Pisiffiks marketingschef Tina Hansen og KNI's direktør Jeppe Jensen om, hvordan de har oplevet det første år af samarbejdet mellem detailhandlen i Grønland om folkesundhed.

Kalaallit Nunaanni Brugseni

Hvad er der sket i løbet af det første år af samarbejdet med Paarisa?

– I det første år har vi haft fokus på at holde alle parter i samarbejdet til ilden og sikret, at vi alle er enige om, hvor vi gerne vil hen. Samarbejdet har helt bevidst startet med et snævert fokus for at sikre så glidningsfri en proces som muligt. Vi er jo til daglig konkurrenter i detailhandelen, og derfor har det handlet om at få skabt tillid blandt alle parter og sikre, at alle føler, at vi kan stå sammen om et fælles mål, uden at gå på kompromis med de konkurrence-

mæssige vilkår og regler.

– I samarbejdet har vi arbejdet på at skabe et fælles logo og et visuelt udtryk, som kunderne vil kunne genkende og følge, når de handler i vores butikker. Logoet "Sammen om det gode liv" er et vigtigt signal om, at vi i detailhandlen står sammen om at forbedre folkesundheden i Grønland.

– Gennem det første år har vi hos Brugseni undersøgt og sikret muligheden for at samle data ind på salget af de produkter og kategorier, samarbejdet drejer sig om. Derefter har vi indtænkt nye markedsføringsstrategier for salget af blandt andet frostgrønt og -frugt, så vi gør vores til at bidrage positivt til vores fælles mål. Samtidig arbejder vi på at inkorporere samarbejdets visuelle udtryk i vores butikker, så det bliver endnu nemmere for vores kunder at følge logoet fra næste år.

Hvilke initiativer er sat i søen?

– I 2022 har vi øget markedsføringen af frostgrønt og -frugtsortimentet markant. Vi har igennem året haft større fokus på at prioritere tilbuddene i vores markedsføring, så varerne både får bedre placeringer



Jeppe Jensen KNI-mi pisortaavoq, tassani peqqissutsimut nutaamik periusissiorsimalluni "Oqimaaqatigiissumik inuunissat" suliaralugu, pisisartut peqqinnarnerusunik inuunissaminnut isumassarsiorfissaattut.

Jeppe Jensen er direktør i KNI, hvor man har udarbejdet en ny sundhedsstrategi "Den gode balance", der skal inspirere kunderne til at leve sundere.



og skarpere priser for at skabe ekstra opmærksomhed omkring produkterne. Hver gang vi har mulighed for det, anvender vi logoet "Sammen om det gode liv" for at fremhæve partnerskabet.

– Udover en mere markant markedsføring har vi gennem vores digitale kanaler udbredt kendskabet til partnerskabet ved hjælp af en fælles videokampagne. Kampagnen kører i alle vores butikker på de digitale reklameskærme, og vi har promoveret videoen på de sociale medier og øvrige digitale onlinekanaler.

– I det første år har vi dog arbejdet mest på at sikre, at samarbejdet bliver stærkt og holdbart. Det er vigtigt for os, at vi kan drage nytte af hinandens viden og ressourcer langt ud i fremtiden. Vi arbejder alle sammen mod samme mål, og vi mener at vi står stærkere sammen ud fra de vigtige målsætninger omkring folkesundheden, samtidig med at vi til daglig er konkurrenter.

Hvad er næste skridt?

– Samarbejdets næste skridt ligger i at udvide hvilke typer produkter, vi har fokus på, og samtidig skal vi i fællesskab udvide kendskabet til samarbejdet blandt befolkningen.

– Derudover er en stor del af samarbejdet at nå til fælles enighed om, at der dannes en fælles front, som bakker Paarisa op

i deres initiativer omkring folkesundheden i landet. Vi er klar til at gøre vores til, at dette bliver til virkelighed.

– I 2023 vil vi i Brugseni arbejde på at få gjort samarbejdet mere synligt i alle vores butikker med nyt grafisk materiale, så vores medlemmer og kunder kan se og lære mere om vores indsatser for folkesundheden i landet, og hvad vi stiller til rådighed i den forbindelse.

– Vi er samtidig i fuld gang med at få implementeret nye forretningssystemer, så vores metoder for bestilling af varer samt håndtering og indsamling af data bliver mere effektive i 2023.

Hvad vil I gerne opnå sammen med Paarisa og de øvrige detailkæder?

– For os handler det om at højne folkesundheden i Grønland. Vi har forpligtet os til at være en aktiv spiller i arbejdet for folkesundhed i Grønland, og et samarbejde som dette giver os nogle helt konkrete og målbare tal på, om vores indsatser har betydning og en reel effekt.

– Samtidig er vi opsat på at sikre Grønland de bedste forudsætninger for samlet set at kunne forbedre folkesundheden. Vi mener, at dette bliver gjort bedst ved at der dannes en fælles front, så detailhandelen står sammen om at fremme flere sundhedsskabende initiativer, som forhåbentlig vil skabe en reel forskel i kundernes ind-



KNB MARKETING

købsvaner.

– Som detailhandelsvirksomhed føler vi, at vi har et kæmpe ansvar for folkesundheden i landet, da flere tusinde borgere handler i vores butikker dagligt. Selvom vi tilbyder alle de varer, vores kunder ønsker at købe, har vi en reel indflydelse på at fremme de sunde valgmuligheder.

– Vi så også gerne, at vi på en eller anden måde kan gøre en forskel for, hvordan samarbejdet mellem det private erhvervsliv og det offentlige vil udvikle sig i fremtiden. Der er et stort potentiale for forandring, hvis kommunikationen og samarbejdet mellem det private erhvervsliv og de offentlige instanser bliver styrket. Kunne dette samarbejde inspirere andre til at tænke på samme måde, vil Grønland uden tvivl stå stærkere i fremtiden, siger Benny Reffeldt Otte.

Pisiffik

Hvad der er sket i løbet af det første år af samarbejdet med Paarisa?

I det forgangne år er vi i Pisiffik først og fremmest blevet langt mere bevidste om, hvordan vi som Grønlands største detailkæde kan præge samfundet i en retning, som vi mener tjener det bedste for den grønlandske befolkning, lokalsamfundet og miljøet. For at skabe reel fornyelse og forandring har vi valgt at prioritere temaerne mad, miljø og mennesker. Helt

konkret har samarbejdet spillet ind i vores ønske om at gøre det nemmere og mere attraktivt for vores kunder, at vælge de sunde madvarer til, når de handler. Og allerede nu kan vi se, at det har virket. Det er blandt andet lykkedes os, fordi vi nyder stor succes med initiativet ”Fri for søndag”, hvor vores kunder kan spare 25 % på alle varer der er nøglehulsmærket, grøn balance her i blandt frossen frugt og grønt samt produkter der er fri for laktose, gluten, sukker og alkohol. Vi har derudover også fornyet vores sponsorpolitik, hvor vi bidrager med sponsorer til projekter og aktiviteter, der er med til at udvikle Grønland i en social, - økonomisk eller miljømæssig bæredygtig udvikling i overensstemmelse med vores bæredygtighedsstrategi ”Mad, Miljø & Mennesker”.

Hvilke initiativer er sat i søen?

I Pisiffik arbejder vi med at fremme en sund livsstil via vores markedsføringsindsatser. Derudover har vi nedsat flere arbejdsgrupper, som skal sikre fremdrift og målopfyldelse i forhold til de tiltag, som er nævnt i vores bæredygtighedsstrategi ”Mad, Miljø & Mennesker”. Initiativer der er blandt andet at øge salget af alkoholfrie nydelsesdrikke samt at gøre det nemmere for vores kunder, at træffe det sunde valg.

Hvad er næste skridt?

Bæredygtighedsarbejde, hvor der reelt skabes positive forandringer, er en svær størrelse. Men vi arbejder for, at vores indsatser vinder indpas i samfundet. Næste skridt er derfor at udvide måltallene i partnerskabet, fordi vi ønsker at gøre, og ikke mindst opnå, mere. For Pisiffik har vi i under et år fremmet tiltag, der er i tråd med samarbejdets og vores bæredygtighedsstrategis ånd. Vi vil nu sætte endnu mere ind på vores initiativer. 2023 bliver derfor et år, hvor vores kunder vil opleve vores bæredygtighedsindsatser i endnu højere grad.

Hvad vil I gerne opnå sammen med Paarisa og de øvrige detailkæder?

Vi tror på, at vi i samarbejdet med Paarisa og de øvrige detailkæder kan opnå noget, der er større, end det vi ville kunne skabe alene. Den fælles front, der er skabt, er grundlaget for, at vi reelt kan skabe den positive forandring, vi ønsker i Pisiffik. En fremtid med mere sundhed, og dermed også trivsel, vil uden tvivl forhøje livskvaliteten i samfundet.

KNI

Hvad er der sket i løbet af det første år af samarbejdet med Paarisa?

– Det er en kæmpe opgave at løfte folkesundheden, men vi skal lykkes med det – og det mener jeg kun vi kan gennem brede samarbejder. Den gennemsnitlige levealder herhjemme er 10 år kortere end på eksempelvis Færøerne, og antallet af livsstilssygdomme har aldrig være større.

– På initiativ af Paarisa og under deres overordnede paraply, er der skabt et forum, hvor detailkæderne herhjemme kan mødes og afdække samarbejdsflader i vores sundhedsindsatser. Det synes jeg er enormt værdifuldt. Selv om vi arbejder med sundhed på hver vores måde, og er i et konkurrenceforhold i flere byer, er vi alle enige om det nødvendige og værdifulde i, at detailkæderne samarbejder omkring sundhed.

– Vi afholder kvartalsvis fællesmøder med hinanden, hvor sundhedsindsatser og samarbejder diskuteres. De er indgået aftale om at måle effekten af vores individuelle sundhedskampagner. Det drejer sig

om indrapportering af salgstal for frossen frugt og grønt i til Paarisa. En konkret måde til at måle om sundhedskampagnerne har en positiv effekt på kundernes forbrug af sunde købsvaner.

Hvilke initiativer er sat i søen?

– I det forløbne år har vi i KNI udarbejdet en ny sundhedsstrategi, som vi kalder ”Den gode balance”. Vores kunder bor hovedsageligt i mindre byer og bygder – og det er naturligvis udgangspunktet for vores arbejde med sundhed. Skal sundhedsarbejdet have en effekt, er det helt afgørende at kunderne ser initiativerne som realistiske og inspirerende til en sundere hverdag – og så må de gerne synes, at vores sundhedsindsatser er i samklang med grønlandsk kultur og værdier.

– For os handler det mindre om at tælle kalorier og mere om at finde en sund balance i livet.

Vi er alle forskellige, og hvordan man finder en god balance i livet, bestemmes af, hvem du er, hvor gammel du er, hvor du bor, og hvad der gør dig glad.

– Strategien har vi fulgt op med fire konkrete indsatser: I butikkerne, på Facebook og på KNR møder kunderne nu ”Den gode balance” i form af kundeportrætter og budskaber om sundhed. I butikkerne møder kunderne hængeskilte med vores balancehjul, som er vores egen mere grønlandske variant af kostpyramiden – hvor vi også har tilføjet menneskeligt samvær som element.

– For at skabe mere synlighed på de gode varer har vi markeret fødevarer som er særligt gode/vigtige, hvis man skal spise sundere og mere varieret. I vores digitale tilbudsavis og på alle vores Facebook-sider viser vi ofte nye hverdagsopskrifter fra Mamarisavut, primært baseret på vores basisvaresortiment (som findes i alle Pilersuisoq-butikker). På mamarisavut.gl har vi tilføjet Pipaluks madklub, som er til børn og deres forældre. Det handler om at give børn en god oplevelse i køkkenet og lære basale ting om råvarer og madlavning, siger Jeppe Jensen.

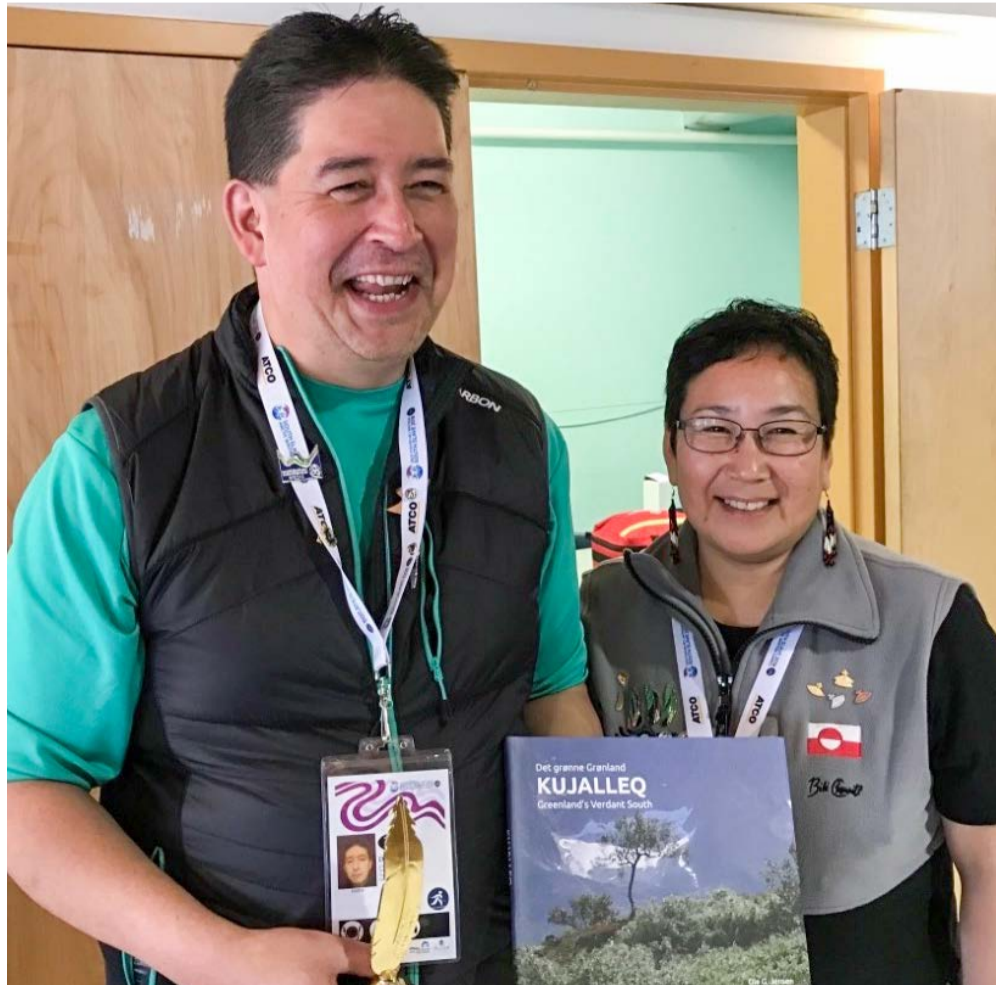


Mamarisavut.gl-imi Pipaluup nerisassiorarfia ilanngussimavarput meeqqanut angajoqqaavinullu tunngasoq. Meeqqat igaffimmi nuannersunik misigisaqarnissaat pineqarpoq igassat nerisassiornerlu pillugit tunngaviusunik ilikkagaqarlutik.

På mamarisavut.gl er tilføjet ”Pipaluks madklub”, som er til børn og forældre. Universet handler om at give børn en god oplevelse i køkkenet og lære dem om råvarer og madlavning.



Greenland Taekwon-Do Federationimut siulittaasutut Bolethe Stenskov pokalinik ajugaasunut agguassivoq. Som Præsident for Greenland Taekwon-Do Federation overrakte Bolethe Stenskov pokaler til vinderne.



Arctic Sport Greenlandimi siulittaasutut Bolethe Stenskovip Canadami Hay Riverimi Arctic Sport Gamesimi ingerlatsisut qutsavigigai.

Som forkvinde for Arctic Sports Greenland, takkede Bolethe Stenskov Arctic Winter Games værterne i Hay River, Canada.

Kalaallit Nunaanni sullissiumatuut ilaat

Bolethe Stenskovimut kajumissutsimik sulineq inuunerata ilagaa pingaartooq. – Ataatsimoorluni timersornermi nukiit anersaarlu kajumissutsimik sulinermittoq nuannareqaara, oqarpoq

All. Trine Juncher Jørgensen

Narsamiit Bolethe Stenskov Kalaallit Nunaanni kajumissutsimik sulisorpassuit ilagaat. Ukiut 30-t ingerlanerini inuit amerlanerit timiminnik aalatitsinerulernissaannik suleqataasimavoq, tapersuilluni isumassarsiorfiullunilu. Ullumikkut Kalaallit Nunaanni Timersoqatigiit Kattuffianni siulittaasumut tulliuvoq, Namminersorlutik Oqartussanut pisortaqarfinnullu allanut timersornermik, immikkut kattuffinnik peqatigiiffiillu soqutigisaannik isumaginnittumi.

Issittumi timersuutit taekwondolu

Aamma Arctic Sport Greenlandimi immikkut kattuffiusumi siulittaasuvoq, tassalu Inuit Games (Yamal, Alaska, Canada aamma Kalaallit Nunaat), Dene Games (First Nations) kiisalu Kalaallit Pinnguaataat tassaasut kalaallit qangaaniilli pinnguaataat.

Aamma Greenland Taekwon-do Federationimi ilaasortaasimavoq, tassanilu suli kajumissutsiminik sulilluni. Nammineq taekwondomi nammineq timersuutigisimasamini ukiorpassuarnilu meeqqanik inuusuttunillu sungiusaasuuffigisimasa-

Pilluarnissamut aalajangiisut

Kajumissutsumik sulinermit periarfissaqarpoq:

- Inoqatinut iliuuseqarnissaq
- Inoqatinik peqateqarnissaq
- Timikkut anersaakkullu peqqissuunissaq

Pissutsit pingasut pitsaasumik inuuneqarnissamut pisariaqartutut isigineqartarput. Aamma pilluarnissamut aalajangiisutut taaneqartarput. Kajumissutsumik sulinermit pissarsitut tunniussisullu tamarmik timikkut tarnikkullu kajumissutsumik sulinermit pitsaasumik pissarsisarput.

mini qernertumik qiteruteqarpoq.

– Ukiopassuarni taekwondomi timersornerup Issittumilu timersuutit iluani kajumissutsumik sulivunga. Tamatuma saniatigut ikiuukkumasaqaanga Narsami meeqqanut inuusuttunullu timersornermik aqqissuisoqaraangat. Nammineq ukiopassuarni timersortarpunga, allat kajumissutsumik sulinerat iluaqutigalugu, taamaattumillu ullumikkut taamatut utertisniartarpunga. Issittumi timersuutini dommeritut ilinniarsimavunga, unammuaarnerpassuarni peqataasarlunga, Bolethe Stenskov kajumissutsumik sulinissaminik qatsussingisaannarsimasoq oqaluttuarpoq. Akerlianili akunnerpassuarni kajumissutsumik sulineq tamatigut pissarsiffiusarpoq misigisassanik, naapitsinernik angalanernillu pissanganartunik.

– Kajumissutsumik sulineq pissarsiffigisaqara. Inuppasuit nuannersut naapissimavakka, nunarsuarmi tamarmi attaveqatinnik annertunerulersitsisut. Ataatsimoorluni timersornermi kajumissutsumik sulinermit nukit anersaarlu nuannareqaakka.

Kajumissutsumik sulinerup attaveqalersippaatigut

Bolethe Stenskovip sulinngiffeqarnini tamangajaasa timersornermut kajumissutsumillu sulinermit atorsimavai.

– Sungiusariarnikka tamaasa uima angerlarsimaffik isumagisarpaa. Ullumikkut ernivut inersimasuupput, nuannariuaannarsimavaralu nunarsuarmut tamar-



Bolethe Stenskov Arctic Winter Gamesqarnerani VIP-tut peqataasoq.

Bolethe Stenskov deltog som VIP under Arctic Winter Games.

mit timersortartut naapinnissaat.

– Timersorneq silamiinnerlu maani Narsami inuunermit ingammik meeqqanut inuusuttunullu pingaartuuvoq. Timersoqatigiit kattuffianni ilaqutariinni tamani timersornerunissamut kajumissaarisarpugut, soorlu pisuttuaqatigiilluni arpaqatigiillunilu, Bolethe Stenskov aamma Kommune Kujallermit pitsaaliuinermit siunnersortit atorfartoq oqarpoq.

– Kajumissutsumik sulineq nunatsinnut pingaartupilussuvoq. Inuiaqatigiinnguani inuuvugut immitsinnut pisariaqartillu-

ta. Kajumissutsumik sulinerup sutigut tamatigut attaveqalersittarpaatigut.

Amerlasuutitigut inuit taakkuusut kajumissutsuminik sulisarput, arlaqartullu ukioqqortuujusarput. Taamaattumik kajumissutsuminik sulerusuttunik nutaanik atorfissaqartitsisoqartuaannarpoq.

– Nunatsinni sumiiffippassuarni kajumissutsumik sulisussanik amigaateqarpugut, neriuppungalu amerlanerit kajumissutsuminik sulerusussasut, Bolethe Stenskov oqarpoq.

Kajumissutsuminik sulisut inuiaqatigiinni pingaarutilimmik inissisimapput

Kalaallit Nunaanni Timersoqatigiit Kattuffianni takorluugaavoq, 2030-mi Kalaallit Nunaat nunarsuarmi nunani aalaffiunerpaassasoq. Kajumissutsumik sulinissamik kultureqarneq nukittorsarneqassaaq, nasuerutigalugu kajumissutsuminik suliaqartartut timersornerup silarsuaani inuiaqatigiinnilu pingaarutilimmik inissisimasut. Kajumissutsuminik sulisut ataatsimoorfimmik, nuannaarnermik timersornermillu ilaasuni misigisassanik nuannersunik pilersitsisarput. Kajumissutsumik sulisoqanngippat timersornermik aqqissuussisoqarsinnaangilaq. Kajumissutsumik sulineq nukittorsarneqartariaqarpoq nutaamillu eqqarsaatigineqaaqilluni. Kajumissutsuminik sulisut pitsaannerusunik atugaqartariaqarput – kajumissutsuminik sulisut attaveqarnerisa nukittorsarneratigut. Attaveqarnerit kajumissutsumik sulinerup nuannaarnerisissanik atugassanik pilersitsilluni, kajumissutsumik sulinerup naleqassusaa nersorlugulu saqqumilaartinneratigut. Attaveqatigiinneq inuit amerlanerit kajumissutsuminik sulilernissaannut atugassanik pilersitsisoq kajumissutsuminik sulisut taamaalillutik kajumissutsuminik sulisut piginnaangorsaqinnissaminut aqqissussifigineqarlutik, piginnaasaasa nukittorsarnerisigut, tamanalu timersoqatigiiffinnut, inuussutissarsiteqartunut nalinginnaasumillu inuiaqatigiinnut iluaqutaalluni. Kajumissutsumik sulinissaq ajornanngitsuussaaq, nuannerluni pissarsinarlunilu.



Bolethe Stenskov Arctic Sport Greenlandimi siulittaasuvoq. Tamatuma saniatigut Timersoqatigiit Kattuffianni siulittaasup tulleralugu.

Bolethe Stenskov er forkvinde for Arctic Sports Greenland. Dertil er hun næstformand i Grønlands Idrætsforbund.



Bolethe Stenskov Ilulissani Inuit/Denne Gamesmi "Finger Pull"-imi dommeriusoq.
Bolethe Stenskov som dommer i "Finger Pull" under GM i Inuit / Dene Games i Ilulissat.

En af Grønlands ildsjæle

For Bolethe Stenskov er det frivillige arbejde en vigtig del af hendes liv. – Jeg holder meget af den styrke og ånd, der ligger i det frivillige sportsfællesskab, siger hun

Af Trine Juncher Jørgensen

Bolethe Stenskov fra Narsaq er en af Grønlands mange frivillige. Igennem 30 år har hun bidraget med at hjælpe, understøtte og inspirere flere til at være fysisk aktive. I dag er hun næstformand i Grønlands Idrætsforbund, der varetager idrættens, specialforbundenes og foreningernes interesser over for selvstyret og andre offentlige myndigheder.

Arktisk sport og taekwondo

Hun er også forkvinde for specialforbundet Arctic Sports Greenland, der indeholder både Inuit Games (Yamal, Alaska, Canada og Grønland), Dene Games (First Nations) og Kalaallit Pinnguaatai, der er de traditionelle grønlandske lege.

Endelig har hun tidligere været medlem af Greenland Taekwon-do Federation, hvor hun fortsat arbejder frivilligt. Hun er selv indehaver af det sorte bælte i taekwondo, som hun selv har dyrket, og som hun har undervist børn og unge i igennem mange år.

– Jeg har arbejdet frivilligt inden for taekwondo-sporten og inden for de arktiske sportsgrene i mange år. Derudover hjælper jeg meget gerne til, når der er sportsaktiviteter for børn og unge i Narsaq. Jeg har selv været sportsudøver i mange år, og har nydt godt af andres frivillige timer, så på den måde giver jeg i dag noget tilbage. Jeg er også uddannet dommer inden for Arctic Sports, og har deltaget ved adskillige lege og mesterskaber, fortæller Bolethe Stenskov, der aldrig er blevet træt af det frivil-

lige arbejde. Tværtimod, så har de mange frivillige timer altid givet en masse tilbage i form af oplevelser, spændende møder og rejser.

– Jeg har fået så meget ud af at være frivillig. Jeg har mødt en masse inspirerende mennesker, der har udvidet mit netværk rundt om i verden. Jeg holder meget af den styrke og den ånd, der ligger i det frivillige sportsfællesskab.

Frivillighed binder os sammen

Bolethe Stenskov har brugt stort set alle sine ferier på sport og frivilligt arbejde. – Min mand har stået for hjemmet, mens jeg var ude og træne. I dag er vores sønner voksne, men jeg har altid holdt meget af at komme ud og møde sportsudøvere fra hele verden.

– Sport og udeliv er også en vigtig del af livet her i Narsaq især for børn og unge. Vi forsøger i Grønlands Idrætsforbund at inspirere til mere fysisk aktivitet for hele familien som f.eks. vandre- og løbeture, siger Bolethe Stenskov, der også er ansat i Kujalleq Kommunia som forebyggelseskonsulent.

– Frivillighed er utrolig vigtig for vores land. Vi lever i små samfund, hvor vi er afhængige af hinanden. Frivillighed binder os sammen på kryds og tværs.

Det er ofte de samme personer, der arbejder frivilligt, og en del frivillige er oppe i årene. Derfor er der hele tiden brug for at nye frivillige kræfter melder sig på banen.

– Vi mangler frivillige mange steder i landet, så jeg håber at flere kunne have lyst til at melde sig under fanerne, siger Bolethe Stenskov.





Bolethe Stenskov Taekwon-Domi meeqqanik sungiusaasarpog. Aajuna Qaanaami.

Bolethe Stenskov træner børn i Taekwon-Do. Her er det i Qaanaaq.



Timersoqatigiit kattuffianni siulittaasup tulliatut Bolethe Stenskov aamma Maligassiuusut Showimi ukioq manna sungiusaallammammut nersornaammik tunniussivoq.

Som næstformand i Grønlands Idræts Forbund har Bolethe Stenskov også haft til opgave at overrække prisen som årets træner under Maligassiuusut Showet.

Lykkefaktorer

Gennem frivilligt arbejde har man mulighed for:

- At gøre noget for nogen
- At have social kontakt med andre mennesker
- At holde sig fysisk og åndeligt i gang

Det er 3 forhold, der anses som nødvendige forudsætninger for et godt liv. De kaldes også "lykkefaktorer". Alle, både frivillige og dem, der modtager den frivilliges indsats, får altså noget positivt ud af det frivillige arbejde både fysisk og mentalt.

Frivillige spiller en nøglerolle i samfundet

Grønlands Idrætsforbund har en vision om, at Grønland skal være verdens mest fysisk aktive land i 2030. Frivillighedskulturen skal styrkes i erkendelse af, at frivillige spiller en nøglerolle i idrætsverdenen og i vores samfund. De frivillige skaber fællesskab, glæde og gode oplevelser for idrættens medlemmer – og for mange andre. Uden frivillige er der ingen organiseret idræt. Frivillighed skal styrkes og gentænkes. Der skal arbejdes for bedre vilkår for de frivillige - ved at styrke netværket omkring de frivillige. Et netværk, der bidrager til at skabe nogle rammer, der gør det attraktivt at være frivillig og anerkender og synliggør værdien af de frivilliges indsats. Et netværk, der skaber rammerne og incitamentet for at flere frivillige indgår i kompetenceudviklingsprogrammer, der styrker deres kompetencer til gavn for både idrætsklubber, erhvervslivet og samfundet generelt set. Det skal være nemt, sjovt og givende at være frivillig.

Timersornikkut maligassiuusut nersorneqartut

Ukioq manna sullissiumatuut maligassiuusullu Maligassiuusut Showimi oktobarip 22-ani Katuami ingerlanneqartumi nersorniarneqartut

All. Trine Juncher Jørgensen

Ukioq manna Maligassiuusut Showimi Paarisap, Timersoqatigiit Kattuffiata kii-salu Elite Sport Greenlandip timersorne-rup peqqinnerullu iluanni maligassiuusut nuannaartunartullu inoqatimik aalanerunissaannik ataatsimoorfinnilu akuulernissaannik sunniisartut nersornaaserpaat.

Maria Motzfeldt aamma Hans Jukku Noahsen ukioq manna takutitsinerimi Katuami ingerlanneqartumi aammali toqqaannartumik KNR-imi aallakaatinneqartumi tikilluaqqusisupput. Takutitsinerup ingerlanerani nipilersortoqarlunilu timersornermik takutitsisoqarpoq.

Qaffasissumik inuinnartullu timersorneq

Nersornaaserneqartut ilagaat sisoraaserluni ooqattaasartartoq Ukaleq Slettemark, februaarimi Kinami OL-imi peqataasoq, tamatumalu saniatigut Nuummi sisoraaserluni ooqattassartarfimmi nutaami meeqqanut inuussuttunullu sungiusaasimasoq. Ukaleq Slettemark ukioq manna qaffasissumik timersornermi nersornaaserneqarpoq kiisalu ukioq manna timersullammattut toqqarneqarluni.

Jan Erik Pedersen "Gå væk kræft"-imik suliniuteqartoq Paarisap, Elite Sport Greenlandip Timersoqatigiit Kattuffiatalu nersornaasiuttagaannik nutaamik Aalasa-mik nersornaaserneqarpoq, taannalu innunut immikkut ittumik Kalaallit Nu-naata "nunatut nunarsuarmi

aalaffiunerpaatut" takorluugaqarnermik annertunerulersitsisumut tunniunneqartarpoq. Jan Erik Pedersen sapaatip-akunneranut kajumittunut tamanut Quasussuarmut pisuttuaqatigiissitsisarpoq. Isu-ma tuniluuppoq Kangerlussuarmut, Sisi-miunut, Qeqertarsuarmut Qaqortumullu, taakkunanilu allat kajumissutsiminnik sapaatip-akunneranut pisuttuaqatigiissitsisarlutik.

Timersortartut piukkunnartullu

Tamatuma saniatigut Paarisap ukioq manna nersornaataa Atuarfik Hans Lyngemi ataatsimoorluni sammisaqarnermut tunniunneqarpoq.

Faxe Kondi suleqatigalugu Kalaallit Nu-naanni Timersoqatigiit Kattuffiat pingasu-nik nersornaasiivoq; Ukioq manna timersullammammumut, Ukaleq Slettemarkimut NSP/Nuuk Biathlonimi ujakkaarnermut klubbimiittumut. Sungiusaallammangorpoq Uummannaq Boldklubbimit (U-68) Jens Thorin, ukioq manna aqutsillam-mangorluni Nuuk Gymnastikimiit Line Poulsen.

Elite Sport Greenland, Grønlandsban-ken, Tusass, Royal Arctic Line aamma Spar Invest suleqatigalugit ukioq manna qaffasissumik timersornikkut angusanut ukiorlu manna piukkunnartunik piorsaanermut nersornaasiipput. Ilimagineqareersutut qaffasissumik timersortartoq Ukaleq Slettemark nersornaaserneqarpoq. Ukioq manna Ilulissaniit timersoqatigiiffik Nagd-lunguak' piukkunnartunik piorsaanermut nersornaaserneqarpoq.

Ukioq manna ataatsimoorluni sammisaqartitsisoq

Atuarfik Hans Lyngemik ukioq manna timi atorlugu ataatsimoorlunimik Paarisap nersornaasiuttagaannik tunineqarpoq.

"Atuarfik Hans Lyngemik nuannaarnermik, ataatsimoornermik peqqinnermillu pilersitsivoq. Isumalimmik ataatsimoorluni sammisaqar-nissaq pineqarpoq, tamannalu akisu-sariaqaranilu ajornakusoortariaqanngilaq. Atuarfik Hans Lyngemik takutippaa, timimik atueqatigiinnerup ataatsimoorneq qanoq nukittorsarsinnaaneraa", tunngavilersuisoqarpoq.

Ilinniartitsisoq Else Marie S. Petersen naapertorlu, Atuarfik Hans Lyngemik atuarfimi sulisut akornanni ataatsimut sammisaqar-nissap pilersinissaa ukkatarineqarsimavoq.

– Anitsiarnerni ataatsimoorluta assigiinngitsunik sammisaqartarpugut. Nipilersuutita-lerlugu ilinniartitsisut inaanni qitittarpugut. Pingitsaaliissutaanngilaq, amerlaqisulli peqataasarput. Allaat ullumikkut ataatsiminnerit akornisigut hævdingeboldertarpugut.

Suliffiup avataani aamma naapeqatigiinnissamut periarfissaqarpoq:

– Volleyballertarpugut, ujakkaarluta, suliffeqarfimmilu arsaanner-mut nalunaarpugut. Aamma timersortarfimmi arsalerisalersimavugut. Qiimanerput meeqqanut tuniluup-poq, alloriarnerullu tullerissavaa ilinniartitsiner-mi atuartut ataatsimoorlutik sammisaasa ilanngunnissaat, Else Marie S. Petersen oqarpoq.



Ilimagineqareersutut sisoraaserluni ooqattaasartartoq Ukaleq Slettemark ukioq manna qaffasissumik timersornermi februaarimi Kinami OL-mi angusaminut nersornaaserneqarpoq. Ukaliup ajaata jornguni Norgemiit toq sinnerlugu nersornaat tiguaa.

Årets elitesportspræstation gik ikke uventet til skiskytten Ukaleq Slettemark, der deltog i vinter OL i Kina i februar. Det var Ukaleqs moster, der tog imod prisen på vegne af niecen, der befinder sig i Norge.



Takutitsinerimi nipilersukkanik aliikkusersuisoqartarpoq. Showet var krydret med musikalske indslag undervejs.



Ilulissani timersoqatigiiffik N-48 ukioq manna piukkunnartunik piorsaanermut nersornaaserneqarpoq.

Sportsklubben N-48 Ilulissat fik årets talentudviklingspris.



LEIFF JOSEFSEN



LEIFF JOSEFSEN

Timersullammangorpoq sisoraaerluni oqattaasartartoq Ukaleq Slettemark. Ukaleq Norgemiimmat ajaata nersornaat tiguaa. Årets idrætsperson blev skis skytten Ukaleq Slettemark. Det var hendes møster, der modtog prisen, da Ukaleq Slettemark er i Norge.



LEIFF JOSEFSEN



LEIFF JOSEFSEN

Ukioq manna Jan Erik Pedersen Aalasaamik nersornaasernerqarpoq, "Gå væk kræft" imik pisuttuaqatigiissisarnerminut. Årets Aalasa-pris gik til Jan Erik Pedersen, der har skabt vandre-fællesskabet "Gå væk-kræft".



LEIFF JOSEFSEN



LEIFF JOSEFSEN

Jan Erik Pedersen ukioq manna Aalasaamik nersornaasernerqarami tamanit ersaartanneqarpoq. Aalasa suliniummumt nunatta nunarsuarmi aalaffiunerpaanerani takorluugaqarnermut suliniuteqaqataasumut tunniunneqartarpoq. Der var stående bifald fra salen til Jan Erik Pedersen, da han fik årets Aalasa-pris, der gives for et initiativ, som i særlig grad medvirker til at opnå visionen: Verdens mest fysisk aktive land.

Idrættens helte hyldet

Årets ildsjæle og rollemodeller blev hyldet ved Maligassiusut showet, der løb af stablen i Katuaq den 22. oktober

Af Trine Juncher Jørgensen

Ved det årlige Maligassiusut Show hylder Paarisa, Grønlands Idrætsforbund og Elite Sport Greenland rollemodeller og forbilleder inden for idræt og sundhed, som inspirerer og motiverer os andre til mere bevægelse og til at indgå i aktive fællesskaber.

Det var Maria Motzfeldt og Hans Jukku Noahsen, der bød velkommen til dette års show, der foregik i Katuaq, men som også blev livetransmitteret på KNR. Undervejs var der musikalske og sportslige indslag.

Elitesport og folkelighed

Blandt prismodtagerne var skiskyder Ukaleq Slettemark, der deltog i OL i Kina i februar, og som dertil har afholdt træningslejre for børn og unge i Nuuk på den nyligt anlagte skiskydningbane. Ukaleq Slettemark vandt både prisen som årets elitesportspræstation og årets idrætsnavn.

Jan Erik Pedersen, der er manden bag initiativet "Gå væk kræft" blev hyldet med den nystiftede Aalasa-pris, som er en fællespris fra Paarisa, Elite Sport Greenland og Grønlands Idrætsforbund der gives til et initiativ, som i særlig grad understøtter visionen om Grønland som "verdens mest

fysisk aktive land". Jan Erik Pedersen har startet ugentlige guidede vandre-ture til toppen af Lille Malene for alle, der har lyst til at gå med. Ideen har nu spredt sig til både Kangerlussuaq, Sisimiut, Qeqertarsuaq og Qaqortoq, hvor andre frivillige står i spidsen for ugentlige gåture.

Idrætspersoner og talenter

Derudover gik Paarisas pris for Årets aktive fællesskab til Atuarfik Hans Lynge.

I samarbejde med Faxe Kondi uddelte Grønlands Idrætsforbund tre priser: Årets idrætsperson, der gik til Ukaleq Slettemark fra langrendsklubben NSP/Nuuk Biathlon. Årets træner blev Jens Thorin fra Uummannaq boldklub (U-68), mens Line Poulsen fra Nuuk Gymnastik fik prisen som årets leder.

Elite Sport Greenland har i samarbejde med Grønlandsbanken, Tusass, Royal Arctic Line og Spar Invest uddelt prisen for årets elitesportspræstation og årets talentudviklingspris. Ikke uventet gik elitesportspræstationen til Ukaleq Slettemark, mens N-48 Ilulissat fik årets talentudviklingspris. Årets talentudviklingspris gik til sportsklubben Nagdlunguak' 48 fra Ilulissat.



Nuuk Gymnastikimiit Line Poulsen ukioq manna aqutsillammattut nersornaaserneqarpoq. Line Poulsen fra Nuuk Gymnastik vandt prisen for årets leder.

Årets aktive fællesskab

Atuarfik Hans Lynge fik Paarisas pris for Årets aktive fællesskab.

"Atuarfik Hans Lynge skaber glæde, sammenhold og sundhed. Det handler om at gøre noget aktivt og meningsfuldt sammen, det behøver ikke at være dyrt eller svært. Atuarfik Hans Lynge viser, hvordan bevægelse styrker fællesskab", lød det i begrundelsen.

Atuarfik Hans Lynge har ifølge lærer Else Marie S. Petersen, haft stor fokus på at skabe fælles aktiviteter blandt personalet på skolen.

– I pauserne laver vi forskellige aktiviteter sammen. Vi sætter musik på og så danser vi på lærerværelset. Der er ingen tvang, men mange deltager. Så sent som i dag spillede vi høvdingebold i en pause mellem nogle møder.

Udenfor arbejdstiden er der også mulighed for at mødes:

– Vi spiller volleyball, står på langrend og har meldt os til firmafoldbold. Vi er også begyndt at bruge hallen til boldspil. Vores energi smitter af på børnene, og næste skridt er at vi skal inddrage eleverne i fællesaktiviteter i undervisningen, siger Else Marie S. Petersen.



Atuarfik Hans Lynge ukioq manna ataatsimoorluni sammisaqarnermut nersornaaserneqarpoq. Atuarfik Hans Lynge modtog prisen Årets aktive fællesskab.



Takutitsinermi Nuuk Gymnastikimiit eqaarsaartartut takutitsipput. Gymnaster fra Nuuk Gymnastik optrådte under showet.



Jens Thorin Uummannaq boldklubbimit (U-68) ukioq manna sungiusaallammangorpoq. Jens Thorin modtog prisen som årets træner fra Uummannaq boldklub (U-68)



Katuap inersuaani nuannisartut. God stemning i Katuaq sal.

PAARISA.GL



Iluaqutigalugu
ikiorneqassaatic,
ilisimasaqalissaatic
tapersersorneqarlutillu

Din vej til hjælp,
viden og støtte



NAALAKKERSUISUT
GOVERNMENT OF GREENLAND

