

NUTAARSIASSAT

SIDE 2

MAANNAKKUT SULINERPUT PILLUGU

Isumasioqatigiinneq

SIDE 3

MEEQQAP INUUNERANI ULLUT SIULLIIT 1000-T IMMIKKUT SAMMILLUGIT

Sooruna Siusissukkut Suliniuteqarnissaq
pingaaruteqartoq?

SIDE 6

VIDEOT SIUNNERSUUTIT INATSI SINUT TUNNGASUT NUTAAT

SIDE 4

UPERNAVIMMI ILAQUTARIINNUT MIKISUNIK MEERARTALINNUT ATAATSIMOORFIK NUKITTUNERUSOQ



MAANNAKKUT SULINERPUT PILLUGU

Isumasioqatigiinneq

Takorloorparput isumasioqatigiinnissaq sapaatip-akunnerani 40-mi pissasoq. Ullorsiutinni krydsileruk, isumasioqatigiinnermilu peqataanissat qulakkeerumallugu aqutsisorisat tamanna pillugu aamma oqaloqatigiuk.

Nuannaarutigalugu nalunaarutigissavarput Siusissukkut Suliniuteqartunut aammalu aqutsisut Naalakkersuisoqarfimmilu pisortat isumasioqatigiinnissaat maanna pilersaaruserlugu aallartikkatsigu. Isumasioqatigiissitsiner-

mi siunertaavoq pitsaaliuinnermut tunngasumik ataatsimoorussamik eqqarsartaatsimik aalajangersimasumik nukittorsaanissaq, taamatuttaaq Siusissukkut Suliniuteqartut pillugit ataatsimoorussamik toqqammaviusumik pitsaassutsimik tunngavis-

sinneqarnissaat aammalu teorimik toqqammavissinnissaat. Tamatumalu saniatigut kissaatigaarput suleqatigiiaat assigiinngitsut akunnerminni pitsaanerusumik suleqatigiinneruler-nissaat.



Sooq aqutsisut aammalu naalakkersuisoqarfimmi pisortat qaaqusaappat?

Siussissukkut Suliniuteqartuni suleqatigiisut sumiginnaanerup atugarissaannginnerullu iliuuseqarfigniarnarata suliniutigniarnaranut qitiusumik pingaarutilittut isigineqartariaqarput, taamaalillunimi ilaqutariinni unammillernarsinnaasut ima angitigilis-sanngillat allaat annerusumik iliuuseqartoqarnissaa pisariaqalertoorluni. Pinaveersaartitsinerlu ilu-

atsittumik ingerlassappat apeqqutaavoq; suleqatigiinnerup sannaarsarluarneqarsimanersoq, suleqatigiiaallu assigiinngitsuneersut taassumali iluani susassaqartuusut akunneranni iluamik attaveqatigiittoqarnersoq aammalu aqunneqarluarnersut kaammattorluarneqarnersullu. Aqutsisut pimoorussinerat sinaakkusiinerup pingaarnersiuiinerullu qulakkeernissaanut pingaaruteqar-

luinnarpoq, taamaalillunimi Siussissukkut Suliniuteqartuni suleqatigiiaat sulinerat toraagaqarnerullunilu sunniuteqarluarnerusinnaassamat. Aqutsisut sulinnermut kaammattuilluarpata ataqatigiiaartumik suleriuseq pisariaqartoq, nukiit isumalluutit aammalu suleqatigiiaat patajaatsut qulakkeerneqassapput, takkuuppullu ataavartumik inernerusussamik pilersitsinissamut aalajangiisus-sussat.

MEEQQAP INUUNERANI ULLUT SIULLIIT 1000-T IMMIKKUT SAMMILLUGIT

Sooruna Siusissukkut Suliniuteqarnissaq pingaaruteqartoq?

Nunat tamalaat ilisimatusarnikkut misissuineranni paasineqarsimavoq meeqqap inuunerani ukioq siulleg inuuf-figeqqaagaa immikkut pingaaruteqarluinnartuusoq, tassa piffissami tassani qarasaa sukkasuumik ineriartortarpoq taamaalillunilu tunngaviliisuusarluni meeqqap siunissami atugarissaarnissaanut angajoqqaaminiillu imaluunniit inummit qanigisatut asattuussisuminit sutigut tamatigut sunniivigineqarnermigut asaneqarnermigullu ilikkartarluni.

Tamanna illup sananeqaataanut assersuunneqarsinnaavoq – tamattami nalunngilarput, illup tunngavia illup siunissami patajaatsuunissaanut apeqqutaalluinnartuusoq.

Meeqqap inuunerata ukiua siulleg meeqqap inuunerata sinneranut tunngaviliisuusarpoq.

Taamaalillunittaaq pingaarluinnartuuvog meeqqap ulluini siulliit ullut 1000-t toqqissisimanartumik attaveqarluarnermik imaqaarnissaasa qulakkeerneqaarnissaat.

Meeqqat sumiginnaar-
neqarunik, atugarlior-

tinneqarunik toqqissisimananngitsumiikkunilluunniit stressertinneqarunik kaammattorneqaanngikkunilluunniit kingusinnerusukkut inuunermi navianaateqarujussuarsinnaasumik inuit akornanni inooqataaniarnermini peqqissutsilluunniit tungaatigut unammilligassaqaalersinnaapput.

Taamaattumik pingaaruteqarpoq, suliamut tassunga nukittuumik ilisimasaqassutsimikkut pikkorilluinnartunik attaveqaateqarnissaq, taakku ilaqutariinut immikkut ittumik pisariaqartitsisunut ikorfartuillutik suliaqartassapput, siusissukkullu sumiginnaasoqarnerani siunner-suillutillu pitsaaliuiner-
mik suliaqapallat-
tassallutik.





SINERISSAMIT NUTAARSIASSAT KINGULLIIT

Upernavimmi
ilaqutariinnut mikisunik
meerartallinnut
ataatsimoorfik
nukittunerusoq

Upernavimmiit nuan-
nersumik oqaluttuamik
tigusaqarpugut, ilaquta-
riit mikisunik meerartallit
(0-2-nik ukiullit) julefro-
kostimut qaaqusaasi-
mapput. Tamatumunnga
siunertaammat ilaqutariit
mikisunik meerartallit
ataatsimoortinnissaat,
attaveqatigiinnermik piler-
sitsineq, ilaqutariit meer-
artallit meeqqerivimmii-
titsinngitsut ilanngullugit.
Aaqqissuussaq juullimut
tapiissutinit aningaasaliif-
figineqarpoq assorsuarlu
iluatsilluarsimalluni.

Upernavik avitseqatigiinnissamik
ilaqutariinnut nunaqarfimmiittunut
tunngatillugu pissarsiorpoq.

Tamatuma saniatigut Upernavik misillitakkanik avitse-
qatissamik pissarsiorpoq, matumani pineqarluni qanoq
ililluni pitsaanerpaamik qulakkeerneqarsinnaanersoq
ilaqutariit nunaqarfimmi najugallit qanorpiaq ikorfartor-
neqarsinnaanerat
Kissaatigineqarportaaq isumassarsiortoqassasoq
qanoq ataqqinnittumik pikkorissutsikkullu qaffasissulim-
mik ilaqutariit katsorsanerisa nalaanni atugaasa pisari-
aqartitaasalu naliliivigiuarmissaannut.

**Ajornartorsiummut tama-
tumunnga misillitagaqar-
lutilluunniit siunnersuutis-
saqarpit? Upernavik
immerneqarnissamik pisa-
riaqartitsivoq:**

**Oqaluttuassaqarussi, siu-
nersiueqatissarsiorusuk-
kussi sinerissamulluunniit
attaveqarusukkussi uagut-
sinnut allannissarsi tikil-
luaqquarput.**

upe_familiehus@avannaata.gl



SIUSSUKKUT SULINIUTEQARNEQ PILLUGIT OQALUTTUAT NUANNERSUT

Siusissukkut Suliniartut suliaat ukkalluarumallugu oqaluttuat nuannersut katersorusuttarpagut, tassa ilissi sulisutut innuttaasulluunniit misigisaannik imalinnik, tamakkuami ilaqutariit sullinniarnernanni aamma isumaqarluartarsimapput.

Oqaluttuatsialammik peqaruit uagutsinnut tidligindsats@nanoq.gl.-mut nassiunissaanut tikilluaqquatsigit. Siunertarigatsigu oqaluttuat tamakkua ilaat animationsfilmitut suliarineqassasut, soorunamilu kinaassutsimik isertuussilluinnarnissap qulakkeernissaa ilisi-maaraarput.

Suliniummot tamatumunnga siunertaavoq Siusissukkut Suliuteqartut innuttaasullu akornanni oqaluuserinninnaveersaarnep atorunnaarsikkiartornissaa, taarsiullugulu oqaluttuarnernulertoqassasoq taamaalillunilu neriunermik ajunngitsullu tungaanut aallariarnernut ingerlasoqalerluni

Tusarfiginissarsi oqaluttuaatissilu tigunissaat qilanaaraarput!

ISUMASSARSIORLUNI SINERISSAMI ILLOQARFINNUT SIUSSUKKUT SULINIUTEQARTUT ANGALANERAT

Qaanaaq immerneqarnissamik
pissarsiorpoq

Qaanaamiit kissaatigineqarpoq Siusisukkut Suliniuteqartunik suleqateqar-nertik pillugu paasisaqarnerujumallutik illoqarfinnut allanukarlutik paasisassarsi-oriartorusullutik.

Ajoraluartumilli Isumaginninnermik Aqutsisoqarfimmiit aningaasaliiffigisin-naangilarput, neriuppugulli angalaneq taama ittoq pillugu qanoq aqqissuun-neqarsinnaanersoq allat misilittagaqar-figaluguluunniit isumassarsiaqarfigisin-naagaat.

Angalalluni peqataajartorneq ajornassap-pat, qarasaasiakkut ataatsimeeqataanik-kut peqataaneq periarfissaalluarualarpoq taamaalillunilu misilittakkanik isumassa-nillu nutaanik avitseqatiginnilluni.

Qaanaarmiunut tunngatillugu pilersaarutip qanoq ingerlaqqeriarsinnaaneranut siunnersuutissaqarpisi? Imaluunniit taakku ornessinnaasaannik sumiiffinnik nalunngisaqarpisi? Taamaassimappat tusarfigerusunnaqaasi.

tidligindsats@nanoq.gl.



VIDEOT SIUNNERSUUTIT INATSI SINUT TUNNGASUT NUTAAT

oqitsumik nutaanik
paasisutissiinerit

Inatsilerituugut suleqatigalugit maan-na videonik arlalinnik ineriartortitsilluta suliaqarpugut, taamaalilluni inatsisinut tunngasut ulluinnarni sulisut naammatto-ortagaat oqilisaavigineqarniassammata. Videot aqqutigalugit ilitersuussisoqar-tassaaq qaqugukkut ilaqutariit ingerla-teqqinneqartassanersut, qaqugukkut nalunaarutiginnittoqartassanersoq allar-passuillu ilanngullugit.

Tamatumunnga siunertaavoq pisariin-nerusumik sukanerusumillu inatsisinut tunngasumik paasisaqalernissaq. Alaatsinaagit – Socialstyrelsen.gl-mi ta-manna siammartissavarput atuutilerniari-arpallu ilisimatinneqassaasi.

ATUAGAQ NAJOQQUTASSIAQ

Siusissukkut Suliniuteqartunut najoqqutassiaq (Håndbog) suliareqqillugu aallartipparput.

Suliereqqinneratalu inernera isumasioqatigiittoqalerpat ilisartinneqarumaarpoq, tassani peqataasut ilassuteqarnissaminnut periarfissaqassapput. Taakku saniatigut aamma kissaatigaarput tamarmiusunit suleqatigiissitamik pilersitsissalluta, najoqqutassiap suliereqqinnerani ilassutaasut kingulliit naammassineranni ikiuutaasinnaasunik.

Atuagaq najoqqutassiaq amigaateqarsorissagussiuk maannakkullu ilassutissaqarusussagussi, uagutsinnut uunga allannissassinut tikilluaqqusaavusi:
tidligindsats@nanoq.gl

MANU



MANU-TEAMIP UPERNAAMUT MANU APP ATUUTILERSISSAVAA

MANU-teamip MANU App atuutilersingajalerpaa – tassa digitalikkut siaruarterissut, tassuunakkut angajoqqaajunermut tunngassuteqartunik paasisaqapallanniaraanni pisariinnerusumik isertoqarsinnaavoq atortussanik sakkussanillu aallertoqarsinnaalluni.

App-imi saaffigineqarput angajoqqaann-
gorlaat aammalu sulisut sammisamut
ilisimasallit ilaqutariinnillu sullissisuusut.
App-ikoorlugu sakkussarpassuarnik
aallertoqarsinnaavoq illit suliannut
iluaqutigisinnaasannik aammalu an-
gajoqqaanik oqaloqatiginnileruit saku-
gisinnaasannik.

Facebook-imi qupperneq:
MANU - forældreskab / angajoqqaajuneq



MANU-p Facebookimi quppernera
alaatsinaaguk, atuutilerfissaata ullua
qanittukut nittarsanneqassaaq.

Nittartagaq:
<https://manu.gl/da/>



OQARASUAATIKKUT SIUNNERSUISARFIUP AMMASARFIISA SIVITSORNEQARNISSAAT

Aalajangiupparputtaaq oqarasuaatikkut siunnersuisarnerup
ammasarfii sivitsorneqassasut, taamaalilluta ilissinnut
tikikkuminarneruniassagatta.

Ammasarfiit nutaat:

Ulluinnarni..... 9:00-14:00

Oqarasuaat..... +299 25 10 19

E-mailtidligindsats@nanoq.gl

QARASAASIAKKUT ATAATSIMIINNERIT ULLUI

Nutaarsiassiinitsinni kingullermi
eqqaariikkatsituut qarasaasiakkut ata-
atsimiinnerit periusaat allanngorput.
Siunissami imaalissaaq suleqatigiit
ataatsimeeqataaniartut nammineer-
lutik pegataanissartik bookiinnermigut
isumagisalissavaa, uagut ataatsimii-
giaqqusinngikkaluarluta.
Siunersiupeqatigiinnissamut piffissat
aalajangersimasut mail aqqutigalugu
suleqatigiiaat namminneq bookiiner-
mikkut inniminniisoqarsinnaavoq.

Ataatsimiinnissat piffissai bookernejarsinnaasut piffissami aggersumi

20.03.25	10:00 - 11:00 13:00 - 14:00
(Nalunaarfissamut killigititaq: 13.03.25)	

08.05.25	10:00 - 11:00 13:00 - 14:00
(Nalunaarfissamut killigititaq: 03.05.25)	

Bookiinnermi uku ilisimatitsissutigineqassapput:

- Ulloq piffissaaq kissaatigisat
- Pegataasussat aqqi
- Qulequttat aalajangersimasut
oqaluuseritikkusutat

Piffissat qulaani taaneqartut arlaannaalluunniit ajussagaluarpat attavigisinnaavatsigut,
taava piffissamik eqqortumik isumaqatigiinniarsarissaagut.

Neriuppugut periutsip sannaata nutaajusup suliamut piareersaaneq
oqinnerulersissagaa, aammalu pisariaqartitassinnik pisariinnerusumik
aaqqiilluarsinnaalissasugut. Tamatuma saniatigut attaveqartuaannarnissassinnut
tikilluaqgusaajuaannarpusi.