

# Ilinnut, sakkortuumik annilaanganartumik misigisaqarsimasumut

12-18  
-nik  
ukiullit



*Una quppersagannguaq Ilinniakkat akimorlugit Ilisimasanik Suleqatigiiffiup, Napparsimasunut ikorfartuiffimmut Pilersaarusiaasup, "Ajornartorsiungaarnermi Kingunerlutsitsinermilu Napparsimmavinni meeqqanut inuusuttunullu paasitsiniaarnermi tapersuiffiup" ilagivaa. Tassaavoq atuagaaqqiat katillugit pingasut ilaat ataaseq, meeqqanut 6-11-nik ukiulinnut, inuusuttunut 12-18-inut ukiulinnut, kiisalu angajoqqaanut ilaqutaasunullu allanut tunngasuutillugit suliat. Allattuuvoq suliniummik siulersuisoq psykologilu Ditte Bruun Eriksen.*

*Atuagaaqqiat taakku pingasut oqaatsinut makkununnga nutsigaapput: Kalaallisut, tuluttut, arabiamisut, dari, somali aamma kurderit oqaasii, pissarsiarinarsinnaavatillu ugguuna, Videnscenter for Patientstøtte: [www.regionh.dk/patientstoette](http://www.regionh.dk/patientstoette)*

*Ilusiliortoq: Christian Ravnkilde  
Assiliartat: Troels Øhman*

*Annermik uani atuarit: [www.børnogkriserpåhospitalet.dk](http://www.børnogkriserpåhospitalet.dk)*

*Suliniut Egmont Fondenimit tapiissuteqarfiuvoq.*



**EGMONT**  
Fonden

Ilinnut,  
sakkortuumik  
annilaanganartumik  
misigisaqarsimasumut

12-18  
nik  
ukiullit

.....

Immaqa ajutoorneq  
misigisimavat, immaqa  
nuannarisat annaasimavat,  
immaqa ilungersornartumik  
nappaateqarsimavutit?

.....



**Arlaannik tuparujussuartitsisumik, annilaangalersillutit imaluunniit aliasutsilerlutit misigisaqarsimaguit eqqumiitsuunnigilaq:**

*Soorlu misigissutsitit 'qarsutsisartuarlutik', suna pissutaasoq nalullugu kamajalerlutit, aliasulerlutit imaluunniit annilaangalerlutit misigisarlutit.*

*Ilunni imaqanngitsutut misigalutit.*

*Kiserliorneq misigalugu.*

*Soorlu niaqulaanngissaasutut illutit.*

*Pisimasoq assut eqqarsaatigisarlugu.*

*Siulianut naleqqiullugu allaanerusutut misigalutit.*

*Sinnaveertarlutit, sinnattupiluttarlutit pissutsinnullu naleqqiullugu ernumassuteqarnerullutit.*

*Isummat aallaqattaartuartut.*

*Kisimiikkusunnginneq.*

*Pisarnittut allat peqatigerusuppallaarnagit.*

*Allat illit pillutit qanoq eqqarsaateqarnerat aarleqqutigalugu.*

*Immaqa annilaaneq, aliasunneq kamannerluunniit piginngilat, tamannali aamma ajunngilaq.*





• • • • •

Ilittulli inuusuttut  
misigisaqarsimasut kiserliorneq  
ajornerpaasoq  
oqaluttuaraat: ikinngutinnut  
naleqqiullutit tassangaannaq  
allaanerujussuannortutut illuni.

• • • • •

*Amerlasuut oqartarput angajoqqaamik qanoq  
innerat annilaanngatigalugu. Aamma oqaatigaat  
pisimasoq namminneq pisuussutigisutut  
misigisarlugu. Taamatut misigineq  
nalinginnaagaluartoq illit pisuussuteqannginnerit  
ilinnut eqqaamatinniassavat! Aamma  
inersimasut imminnut paarinissartik  
akisussaaffigigaat eqqaamassavat,  
illiunngitsoq.*



**Ajuissortumik misigisaqarsimagaanni  
misigissutsit arlaannaalluunniit  
kukkusuunngitsut eqqaamaniaaruk.**



*Ilaanni immaqaa ikinngutitit peqatigalugit nuannaarlutit  
tassanngaannaq, ilimaginngeqqissaakkannik  
aliasulissaatit imaluunniit kamalissaatit  
– nalullugulu suna pissutaasoq ...*





...

Misigissutsitit malittut ittuuneri  
takorluukkit: Takkuttarlutillu  
peeruttarput – anorersuartillugulu  
angisuupilussuusinnaapput.

.....

.....

Piffissaq sivirusarpoq  
– piffissalli ilaani ilinnut  
ilaquttannullu sapiissutsip  
nukittussutsillu uteqqinnerat  
misigissavarsi.

.....

• • • • •

## Ilinnut siunnersuutit pitsaasut! Suut eqqaamassavigit?

• • • • •

*Sakkortuumik misigisaqarsimagaanni misigissutsit suulluunniit  
kukkusuunnginnerat eqqaamajuk.*

*Inersimasoq, ikinngutigilluagaq imaluunniit ilinniartitsisoq tatigisat  
qanoq innerit pillugu oqaloqatigiuk.*

*Qanoq innerit pillugu kanngusunngisaannarit.*

*Suut pisariaqartinnerisa oqaatiginissaat  
tunuarsimaarfiginngisaannaruk.*

*Piffissaq tamaat aliasuttuarnaviangilatit – aamma  
nuannaarlunilu illarsinnaaneq ajunngilaq.*

*Aliasuissorninni eqqaamassavat tamanna  
taamaaginnassanngistoq, piffissallu ingerlanerani  
pitsaaninngorumaartoq.*

• • • • •

## Ilinnut siunnersuutit pitsaasut! Qanoq iliorsinnaavit?

• • • • •

*Anaanap ataatalluunniit qanoq innerat assut aarleqqutigigukku taava taakkununnga oqaatigiuk, eqqaamassavallu inersimasut imminnut paarinissartik akisussaaffigaaq, illiunngitsoq.*

*Siullermisut ikinngutivit taamarsuaq oqaloqatiginngippatsit immaqa qanoq oqarnissartik nalusimavaat. Immaqa sulii aliasunnerulersinnissat annilaangagivaat. Pisinnaaguit qanoq misiginerit taakkununnga oqaatiginissaat pitsaasuusinnaavoq.*

*Isummatit misigissutsitillu allattukkit.*

*Timersortarit, timillu paarilluarlugu.*

*Nuannarisatit suliarisakkit, ilinnullu paarilluarlutit.*

# Sumi annermik ikiorneqarsinnaavit?



## Børn, Unge og Sorg

**Meeqqat, Inersimasut aamma Aliasunneq**

Ilinnut akeqanngitsumik siunnersuineq.

Annermik atuarit uani: [www.bornungesorg.dk](http://www.bornungesorg.dk)

## Børnetelefonen

**Meeqqanut oqarasuaat**

Ilinnut oqaloqateqarnissamik pisariaqartitsisumut  
akeqanngitsumik siunnersuineq.

Uunga sianerit: 116 111 imaluunniit

[www.børnetelefonen.dk](http://www.børnetelefonen.dk) chatterlutit.

**[www.cyberhus.dk](http://www.cyberhus.dk)**

Akeqanngitsumik siunnersuineq.