

Allorfik

AVANNAA



Katsorsartinnissamut paasissutissat

Allorfimmi imigassamut, aanngajaarniutitut aningaasanoornernullu pinggitsuuisinnaajunnaarnernut katsorsaanernik neqerooruteqarpugut.

Katsorsartikkusukkuit nalunaaqqaanngikkaluarlutit katsorsaavitsinnut tikilluaqqoreerpatsigit, ulluinnarni Allorfik Avannaana. 09.00-ip 15.00-llu akornanni ammasarpoq.

Aamma sianersinnaavutit oqarasuaammut +299 222550 sms-imilluunniit nassilluta, taava sianerfigiumaarpatsigit.

Kikkut tamarmik akeqanngitsumik katsorsartissinnaapput

Allorfimmut takkunnikkut imalt. kommuunerisanni inunnik sullissisumiit katsorsartinnissannik kissaateqarsinnaavutit. Sulisitsisut aalajangersimasut Allorfimmut isumaqatigiissuteqarput sulisuminnik aamma innersuussisinnaallutik. Katsorsartinniarlutit saaffiginnikkuit katsorsartinneq akeqanngilaq.

Katsorsartikkusullutit innersuunneqaruit, taava akuersinermut uppersaammik immersuisinneqassaait, katsorsartikkusullunilu immersugassamik, katsorsartereernerup kingorna pilersaarummik aamma immersuisinneqassaait. Tamanna katsorsartinnermi katsorsartereernerullu kingorna ikorfartorluarneqarnissannik qulakkeerinninnerusaaq.

Katsorsaariaaseq Allorfik Avannaani qanoq ittoq atorpeqartarpa?

Ilulissani najugaqaruit katsorsaaneq Allorfik Avannaani ingerlanneqassaaq. Katsorsaanerlu sap. ak. 17-ni ingerlanneqassaaq, taassumalu ingerlanerani oqaloqatiginninnerit sap. ak. ataatsip tallimallu akornanniissapput, qanoq pisariaqartitsinerit apeqqutaalluni. Oqaloqatiginninnerit minutsini 45-ut missaanni ingerlanneqartarput. Oqaloqatiginninnerit kisimiilluni ingerlanneqartarput imalt. ilaquttat pisariaqartitsineq aallaavigalugu ilanngunneqarsinnaallutik. Misissuinerit takutippaat Allorfiup katsorsaariaatsimik atuinera iluatsilluartartoq.

Eqimattakkarluni katsorsartereernerup kingorna neqeroorut

Katsorsartinnerit naammassippat neqeroorfigineqassaait katsorsartereernerup kingorna pilersaarutinut. Neqeroorutip anguniakkavit angunissaannut qanillisissavaatsit. Tamanna sap. ak. 26-ni sivissuseqarpoq, oqaloqatiginninnernillu imaqarluni kiisalu mindfulness (iliuutsit/periutsi tarnikkut toqqissisimanermut tunngasut eqimattani allat katsorsartinnikut peqatigalugit. Eqimattani naapinnerit akunnerit marluk missiliortarpei.

Qanigisaasunut ikiunneq

Qanigisaasut amerlasuut pinngitsuuisinnaajunnaartunut ilaqarput, ilungersunartunik nalaataqartarput nalornisarlutillu qanoq ilioriarsinnaanerminnik. Taamaattumik inersimasut qanigisaasut Allorfimmiit ikiorserneqarsinnaapput.

Qanigisaagaanni, allat aamma qanigisaasut peqatigalugit ilinniartineqartarput. Pinngitsuuisinnaajunnaarneq kiisalu ilaqttariinnut qanoq sunnuteqartarnera pillugu ilinniartitsissutigineqartarput.

Peqataasut misigissutsit oqimaassinnaasut oqaloqatigiissutigineqartarput, qanigisaalluni pinngitsuuisinnaajunnaarsimasunut.

Peqataasut sungiusarneqartarput iliuitsinik kiisalu eqimattakkaarluni suleqatigiinnissamut aamma iltersorneqartarlutik.

Qanoq katsorsartinneq aallaqqaataaniit naammassinissaanut ingerlasarpat?

Illit, sullissisuit imalt. sulisitsisuppit Allorfik saaffigaat. Allorfimmi paasitissuaatit qaqugukkut oqaloqatigiinninnerit aallartissanersut.

Oqaloqatigiinninnerit siulliit (pingasut miss.) soq katsorsartinniarnelutit, anguniakkat kiisalu qanoq iliorluni anguniakkat angusinnaaneri.

Oqaloqatigiinninnerit tullii (marluk miss.) inuuninnut tunngassuteqarpoq, maannakkullu inissisimaffinnut. Pingaaruteqarpoq katsorsartinnissat iluatsilluarnissaanut.

Oqaloqatigiinnerit tulliuuttut eqqarsaatinnut, misigissutsinut iliuitsinullu tunngasuupput. Qanoq allaanerumik anguniakkat angutserlugit iliuseqarsinnaaneriit eqqartorneqassaaq.

Sap. ak 17-it ingerlareernerani katsorsartinnerit naammassissaaq, taassumalu kingorna neqeroorfigineqassaatit katsorsartereeernerup kingorna anguniakkatit angujumallugit katsorsaannermut. Tamannalu sap. ak. 26-ni sivisussuseqarpoq.

Katsorsartinnerit Allorfimmi naammassissaaq taassuma kingorna. Pisariaqartitsinerillu naapertorlugu Allorfik qaqugukkulluunniit attavigisinnaavat.

Kikkut katsorsaasutut Allorfinni naapitassaappat?

Allorfinni katsorsaasutut naapitassatit assingiingitsunik ilinniagaqartuupput assersuut: perorsaasut, isumaginninnermut siunnorsortit, peqqissaasut imalt. psykoterapeutit ilinniakkaminnik qaffassarlutik pinngitsuisinnaajunnaarnernut ilinniaqqinnikut.

Katsorsaasut tamarmik nipangiusimasussaataapput. Allorfiup avataani eqqartorneqarsinnaanngitsut oqaluttuarisinnaavatit.

Katsorsaasut suliamut tunngatillugu allanik suleqateqarniarunik assersuutigalugu kommuuni, taava akuersissummik ilinniit peqqaarnissartik qinnutigeqqaartartussaavaat.

Arlaanik apeqqutissaqaruit, attaviginissatsinnut tikilluaqqoreerpatsigut.

Allorfinni takunissat qilanaaraarput.



Allorfik Avannaa - Nuisarianguaq 41, B-137 - 3952 Ilulissat

✉ allorfik.avanaa@allorfik.gl ☎ +299 222550 🌐 www.allorfik.gl