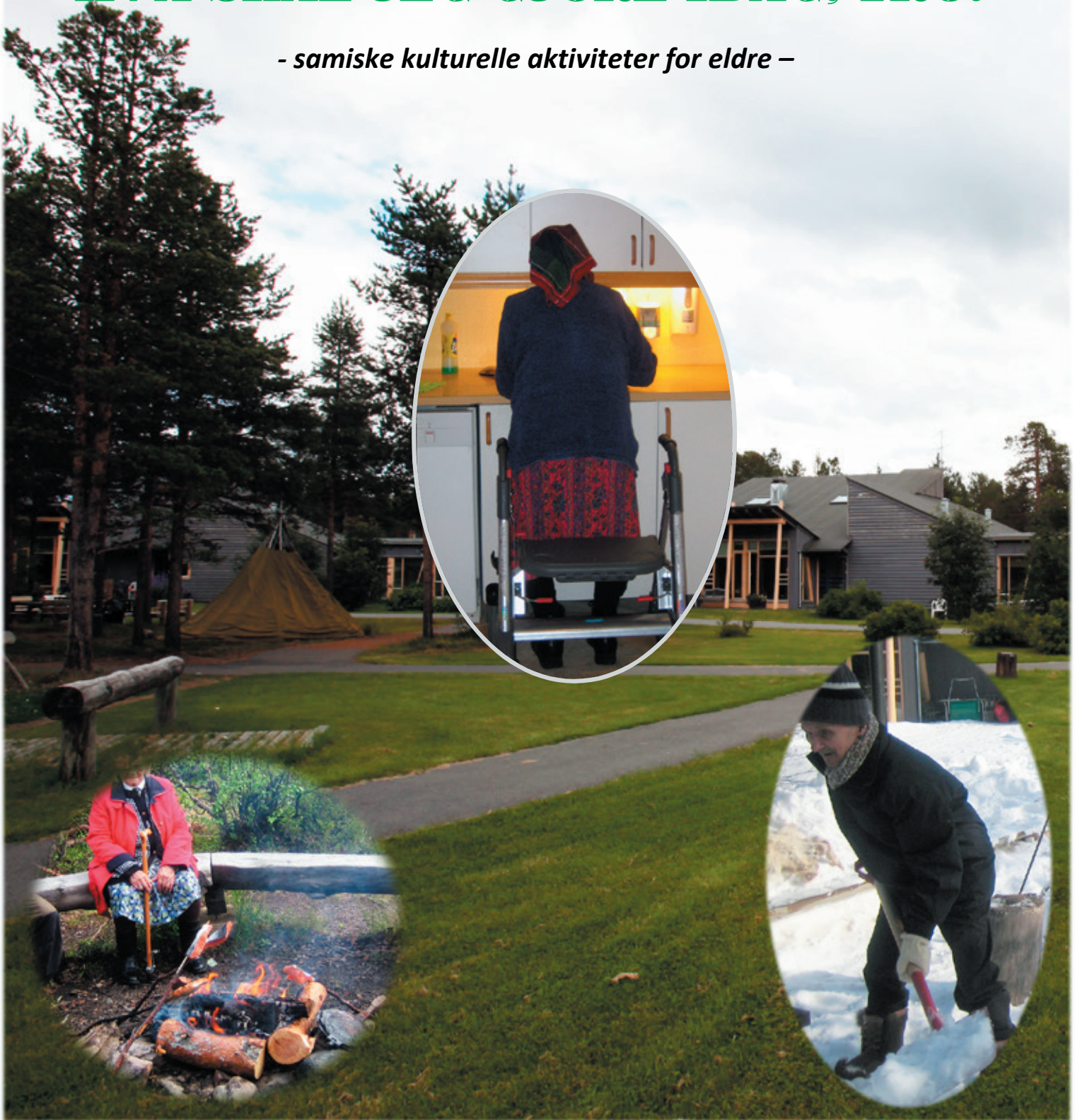


MAID ODNE GES BARGGAN?

- sáme kultuvrralaš doaimmat vuorasolbmuid -

HVA SKAL JEG GJØRE IDAG, TRO?

- samiske kulturelle aktiviteter for eldre -



Sámi álbmoga buhcciidruokto-
ovddidanbálvalus



Utviklingscenter for sykehjemstjenester
til den samiske befolkningen



Girjehábmen ja govvateavstat/ *Máret-Johánas-Johánasa Petter –*
layout og billedteksten: *Leif Petter Grønmo*

Girjji ovddasvástideaddji/ *NUSH v/Kristine Gaup Grønmo –*
ansvarlig for boka: *Šelgon-Juhána Ristiinná*

Giela dárkkisteaddjit/ *Kristine Gaup Grønmo*
språkkonsulenter: *Šelgon-Juhána Káren Elle - Káren Elle Gaup*

Govvejeaddjit/fotografer: *NUSH bargit ja Leif Petter Grønmo*

Filbmen / *NUSH bargit*
video opptak: *NRK Sápmi*

Filbmačuohppan/ *Máret-Johánas-Johánasa Pettera Piera -*
video redigering: *Per Einar Grønmo*
Hilde Holmestrand

DVD deaddileapmi /DVD trykking: *Davvi Girji AS*

Deaddileapmi/trykkeri: *Trykkeriservice*

Girjjáža sisdoalu oažžu geavahit jus gáldu almmuhuvvo
Ettertrykk tillatt hvis kilde oppgis

Karášjohka - Karasjok 2013





| <i>Sisdoallu</i> | <i>Siidu</i> | <i>Innhold</i> |
|---|--------------|---|
| Sisdoallu | 3 | Innhold |
| Ovdasátni | 4 | Forord |
| Álgu | 6 | Innledning |
| Fuolahusviesu šillju | 8 | Tunet omsorgsbolig |
| ČAVKČASGEASSI: Murjen – Káren – Batnin - Buđetgaikun | 14 | HØSTSOMMER: Bærplukking – Karding – Spinning -Potetoptaking |
| ČAKČA: Lávvu – Osten – Neaskin - Buolvvaidruhkos | 22 | HØST: Lavvo – Skinnberedning - Generasjonsandakt |
| ČAVKČASDÁLVI: Muorrageaseheapmi – Duodji - Lávlun | 32 | HØSTVINTER: Vedkjøring med hest – Duodji – Sang og musikk |
| DÁLVI: Murren – Gumposat – Lohkan | 38 | VINTER: Vedsaging – Blodklubb – Lesing |
| GIDASDÁLVI: Varrabánnogáhkut – Dárfegoahti - Rievdnemálli | 44 | VÅRVINTER: Blodpannekake – Torvgamme - Havregrynsuppe |
| GIDĐA: Šilljus dálvet – Hillagáhkut - Sávvzat | 56 | VÅR: Ute vinter – Hellekaker – Sauer |
| GIDASGEASSI: Buđetgilvin – Mátki Guovdageidnui - Riddomátki | 62 | VÅRSOMMER: Potetdyrking – Tur til Kautokeino – Tur til kysten |
| GEASSI: Dolastallan – Ipmilbálvalus – Šilljus - Meahcis | 68 | SOMMER: Bål – Gudstjeneste – Ute på tunet – Tur i marka |
| Miiddus | 76 | Vedlegg |
| Loahppa | 80 | Avslutning |
| Siiddut merkestemiide | 82 | Til notater |
| DVD videooasážiiguin | | DVD med videosnutter |





Ovdasátni

Dokumeanttas NOU 1995:6, mii lea dearvvašvuođa- ja sosiálasuorggi seammaárvosaš bálvalusaid birra dáčča ja sámi álbmogiidda, leat mearrádusat ja láidestusat dasa mot heivehit bálvalusaid buhcciid dárbbuid ektui. Dat guoská ábaide olbmuide geain lea demensa.

Dalle go Kárášjohkii galge huksehuvvot fuolahusvittit 1990-logu loahpageahčen, lei olgobiras dat maid mii vuosttažettiin diđiimet makkárin háliideimmet, mii dohko galggai ja mot adnojuvvot. Mii háliideimmet rievttis kultuvrralaš saji, gos buohccit ja boarrásat besse vásihit somás árgabeaivvi oahpes doaimmaiguin, bargguiguin, dovdat dan ahte nákkejit ja leat ávkin earáide ja leat oahpes birrasis maid dovdet oadjebassan ja ruoktun. Ásahus “Nasjonalt kompetansesenter for aldring og helse” bovdi Kárášjoga gieldda fárrui 5-jahkásaš prošeaktii maid gohčodedje “Utforming og bruk av sansehager”, mas maiddái Viessobánku ja Hageselskap ledje ovttasbargoguoibmin. Ovttasbargu lihkestuvai bures, ja sámiide heivehuvvon olgobiras lea gártán kultuvrralaš rievttis sadjin gos fitnat - ja lea earenoamážit heivehuvvon olbmuide geain lea demensadávda.

Giitosiid cealkit ovttasbargoguimmiide ja earenoamážit vel tehnikkalaš ossodahkii mii lea leamaš mielde hutkame šillju. Giitosat maiddái Kárášjoga gildii mii juolludii ruđaid gárvvistit olgobirrasa ja Sámediggái prošeaktaruhtadeami ovddas, maid bokte leat nákcen ollašuttit dán dehálaš niegu duohtavuohta vásáhussan.

Kárášjohka, geassemánnu 2013

*Šelgon-Juhána Ristiinná, prošeaktajođiheaddji
Sámi álbmoga buhcciidruovttu ovddidanbálvalus*





Forord

NOU 1995:6 om likeverdige tjenester innen helse- og sosialsektoren til den norske og den samiske befolkningen legger føringer og gir retning for tilpasning av tjenestene til pasientenes behov. Dette gjelder i høy grad personer med demens.

Da man i Karasjok skulle bygge nye Omsorgsboliger på slutten av 90-tallet var det utearealet vi først hadde klart for oss hvordan det skulle være og hva den skulle inneholde og brukes til. Vi ville ha et kulturelt riktig sted der pasientene kunne få en meningsfull hverdag med kjente aktiviteter, oppleve mestring, kunne være en ressurs og i et kjent miljø føle seg mer hjemme.

“Nasjonalt kompetansesenter for aldring og helse” inviterte så Karasjok kommune med i et 5 –årig prosjekt kalt ”Utforming og bruk av sansehager” der også Husbanken og Hageselskapet var samarbeidspartnere. Det ble et vellykket samarbeid, og det samiske tunet er blitt en kulturelt riktig plass å være på – spesielt tilpasset personer med demens.

Vi takker alle samarbeidspartnere og spesielt teknisk etat for prosjektering av tunet. Videre takker vi Karasjok kommune som bevilget midler til utferdigelsen av tunet og Sametinget for prosjektmidler slik at vi har fått realisert denne viktige drømmen.

Karasjok, juni 2013

*Kristine Gaup Grønmo, prosjektleder
Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester for den samiske befolkningen*





Álgu

“Maid odne ges barggan” lea girji sámekultuvrralaš doaimmaid birra vuorasolbmuide. Girji ovddasvástideaddji lea Sámi álbmoga buhcciidruovttuovddidanbálvalus – NUSH. Girji ulbmil lea čohkket iešguđetlágán doaimmaid maid buhcciidruovttuovddidanbálvalus lea čađahan okto dahje ovttas earáiguin vuorasolbmuide Kárásjogas, earenomážit ássiide buhcciidruovttus ja fuolahusviesuin.

Ulbmil sámekultuvrralaš doaimmain lei ja lea:

- ásahit heivvolaš doaimmaid vuorasolbmuide ja mánáide
- ahte mánáidgárdemánát ja skuvlaoahppit oahpásmuvvet vuorrásit buvvi
- nannet fuolkevuoda. Fuolkevuota lea dehálaš sámi servodagas, earenomážit vuorasolbmuide.
- gávdat vugiid mot geavahit vuorasolbmuid ressursan ja kulturgaskkusteaddjin.

Danne leage leamašan ulbmil dáiguin kulturdoaimmaiguin gávdat buolvvaide lunddolaš deaivadanvugiid mas sihke vuorasolbmot, mánáidgárdemánát ja oahppit skuvllain leat aktiivvalaččat mielde.

Doaimmat ja dát girji lea oassin NUSH:a doaimmas sámi álbmogii; “bargat dan badjelii ahte nannet máhtu ja gelbbolašvuoda buhcciidruovttuide ja ruovttubálvalusaide, ja dan bokte dáhkidit buori dási ja kvalitehta bálvalusaide sámi geavahedjiide”. Dáinna girjiin duođaštit maid osiid das maiguin NUSH lea bargan ja čađahan juogo okto dahje earáiguin ovttas. Earenoamážit háliidit gielddaergoterapevta Ragnhild Maurstad namuhit čeahpes ja buorren ovttasbargoguoibmin.

Girji fáttát leat juhkkovuvvon sámiid gávccii jahkodagaid mielde:

| | |
|--|---|
| ✓ Dálvi: juovlamánnu - guovvamánnu | ✓ Geassi: geassemánnu - borgemánnu |
| ✓ Giđasdálvi: njukčamánnu - cuoŋománnu | ✓ Čakčageassi: borgemánnu - čakčamánnu |
| ✓ Giđđa: cuoŋománnu – miessemánnu | ✓ Čakča: golgotmánnu – skábmamánnu |
| ✓ Giđasgeassi: miessemánnu - geassemánnu | ✓ Čakčadálvi: skábmamánnu - juovlamánnu |

Namuhuvvon doaimmaid sáhtta dieđusge čađahit eará áigge jagis go mii dás lea árvaluvvon. Girji lea davvisámegillii ja dárogillii. Girji maŋabealde gávnnat vel muhtin fáttáide gullelaš mildosiid ja liigesiiduid masa lea vejolaš čálistit iežas dieđuid. DVD:s leat videofilmmažat muhtun fáttáide.

Girji lea jurddašuvvon sámi dearvvašvuodaásahusaide, sidjiide geat barget vuorasolbmuiguin ja eará buhcciidruovttuovddidanbálvalusaide. Sávvat girji movttiidahtta ja buvttášii buori árvalusaid mo lámčit ja addit buriid fálddagaid vuorasolbmuide ealli ja konkrehtalaš sámekultuvrralaš vieruid ja doaimmaid bokte.

Máret-Johánas-Johánasa Petter





Innledning

«Hva skal jeg gjøre i dag, tro» er en bok om samiske kulturelle aktiviteter for eldre. Ansvarlig for boka er Utviklingscenter for sykehjemstjenester til den samiske befolkningen – NUSH. Boka tar utgangspunkt i de ulike aktivitetene utviklingscenteret alene eller sammen med andre aktører har hatt overfor eldre i Karasjok, primært for beboerne på sykeavdelingen og omsorgsboligene i Karasjok.

Formålet med kulturaktivitetene har vært og er:

- å få i stand naturlige møtearenaer der eldre kan være sammen med barn.
- at barnehagebarn og skoleelever blir kjent med den eldre generasjon.
- å styrke slektskapet. Slekta er viktig i det samiske samfunnet, særlig for de eldre.
- å finne måter på å bruke de eldre som ressurser og viktige kulturformidlere.

Tanken bak disse aktivitetstiltakene har derfor vært å få til naturlige møtearenaer der flere generasjoner deltar; de eldre, barn fra barnehagene, elever fra grunnskolen, lærere og helsepersonell er alle aktive deltakere.

Aktivitetene og denne boka er et ledd i det arbeidet NUSH har for den samiske befolkningen: Være en "pådriver for å styrke kunnskap og kvalitet i sykehjem og hjemmetjenester, for å sikre kvalitet og kompetanse i tjenestene til den samiske brukeren". Boka er en dokumentasjon på endel av de aktivitetene som NUSH har deltatt i, enten selv hatt hovedansvaret for det eller gjennomført aktivitetstiltakene sammen med andre. Særlig må kommuneergoterapeut, Ragnhild Maurstad, nevnes som dyktig og god samarbeidspartner.

Temaene i boka er inndelt etter samenes åtte årstider:

✓ Vinter: desember – februar

✓ Vårvinter: mars – april

✓ Vår: april – mai

✓ Vårsommer: mai – juni

✓ Sommer: juni – august

✓ Høstsommer: august – september

✓ Høst: oktober – november

✓ Høstvinter: november – desember

De ulike aktivitetene kan selvsagt utføres andre tider av året enn det som er nevnt her. Boka er på nordsamisk og norsk. Bakerst i boka er det vedlegg til enkelte temaer og ekstra sider til egne notater. Det følger også med en DVD med videosnutter.

Boka er tiltenkt de samiske helseinstitusjoner, de som arbeider med eldre mennesker og andre utviklingscenterer for sykehjemstjenester. Vi håper boka kan være til inspirasjon og gi ideer om hvordan tilrettelegge gode tilbud til eldre mennesker gjennom levende og konkrete eksempler fra samisk kultur og aktiviteter.

Leif Petter Grønmo



FUOLAHUSVIESUT JA ŠILLJU

OMSORGSBOLIGENE OG TUNET



Karášjogas leat golbma fuolahusviesu, ja okta dain lea ossodat muittohuvvan olbmuide. Viesut, main lea 16 orrunlanjast, váldjuvvojedje atnui 2001. Olgobiras rahppojuvvui almmolaččat 20.06.2007:s. Šillju tevnnet: AsplanViak, Karasjok
Fuolahusviesu tevnnet: Arkitektkontoret Børve og Borchsenius AS

Omsorgsboligen består av tre boenheter hvorav en er skjermet enhet. Den ble tatt i bruk 2001 og har 16 rom. Tunet ble offisielt åpnet 20. juni 2007. Utenomhusplan: AsplanViak, Karasjok
Omsorgsboliger tegnet av: Arkitektkontoret Børve og Borchsenius AS



*Lavdnjegoahti lea guovddášásahus
fuolahusviesuid šilljus. Vázzinbálggis,
mii manná lavdnjegoađi meattá,
doalahuvvo rabasin dálvvi.*



*En jordgamme er hoved element
og det største byggverket på tunet.
Vinterstid brøytes gangveien som
går forbi gammen.*

*Fuolahusviesuid ja goađi
gaskkas lea unna belddoš
masa sahtta gilvit buđehiid
ja eará eananšattuid.*

*Mellom omsorgsboligene
og gammen er det anlagt
en liten åker til dyrking
av poteter og grønnsaker.*



Šilljus lea dolastallansadji mas leat čohkkánsajit birra. Nuppi eará sajis lea fas beavdi ja stuolut. Jus lea heajos dálki, de sáhhtá geavahit goađi dahje lávu. Go dárbbáša lávu, de lea alki beare loavdilit lávu.



På tunet er det mange muligheter: Bålplass med benker rundt. Et annet sted er det bord med stoler. Hvis en ønsker tak over hodet kan man bruke gammen eller lavvoen, - lavvostengene står klare slik at det er bare å hive på lavvoduken.



Árrana badjel lea ceggejuvvon ruovderiggi masa rikki henge. Seammas suddje dat maid buollima vuostá. Lea vuogas suodjalus mánážiidda, ja vuorasolbmuide geain leat heajos juolggit..



Til bålplassen er det laget et bålstativ. Den er til oppheng av kaffekjele o.l. Samtidig er den en beskyttelse så man ikke brenner seg, eksempelvis til hjelp for eldre med dårlig balanse og små barn.



Šilljus leat maid holggat, masa hengesta feara maid. Dás heangájit fierpmit holggas.

På tunet finnes også stenger eller bjelker til å henge ting på. Her henger det fiskegarn.



Viesuide ja gohtái dárbbášuvvo maid olgovisti. Olgovisti lea guovtti oasis; muorravisti ja áiti. Áittis vurrkoduvvojit mánggalágán readdut, nugo omd. spárkkat, bassinbiergasat ja duoljit.

Til boliger og gamle trengs det uthus. Uthuset er to delt med vedskjå i den ene enden og redskapshus i den andre. Her lagres redskaper av ulike slag, sparkestøttinger, grillutsyr, reinskinn o.m.a.

NUSH lea huksehan sávzzanáveha fuolahusviesuid duogábeallái. Muhto ii leat vel lihkestuvvan váldit dan atnui. Go elliiguin galgá bargat, de ferte Borramušbearráigeahčču dohkkehít dan, ja lassin ferte vel leat čálálaš šiehtadus eaiggádiiguin ja eará ovttasbargiiguin. Dákkár ealledoallu eaktuda maid ahte leat fuođđarat ja čáhci elliide, ja buhtistanortnegat.



Som en del av tunet fikk USH satt opp et sauefjøs på baksiden av omsorgsboligen. Men det har desverre ikke lyktes å ta dette i bruk. Ved dyrehold må man ha godkjenning fra Mattilsynet, og skriftlig avtale med rein- og saueeierne og andre samarbeidspartnere. Man må også ha for på lager og ha tilgang på vann og renhold



Fuolahusviesuid birra lea áidojuvvon. Leat biddjon mánga verráha biillaide ja vázziid várás. Váldoverráha guoras lea ássiid poastabovssat ja duopparlihtit.

Rundt omsorgsboligen og tunet er det satt opp gjerde. Der er flere porter beregnet for biler og grunder for gående. Ved hovedporten er det beboernes postkasser og søppeldunker.





*Lavdnjegoađi olggobealde lea ránttet,
dás lea sihke sahárenko ja smáhkomuorra.*



*Utenfor gammen er det vedhoggested
med sagbuk-/krakk og hoggestabbe.*



*Jus muhtun háliida finadit váccašeame,
de leat mánga oljočivrejuvvon bálga áiddi
siskkobealde. Lea maid vejolašvuohta
váccášit das biras eatnamiin.*

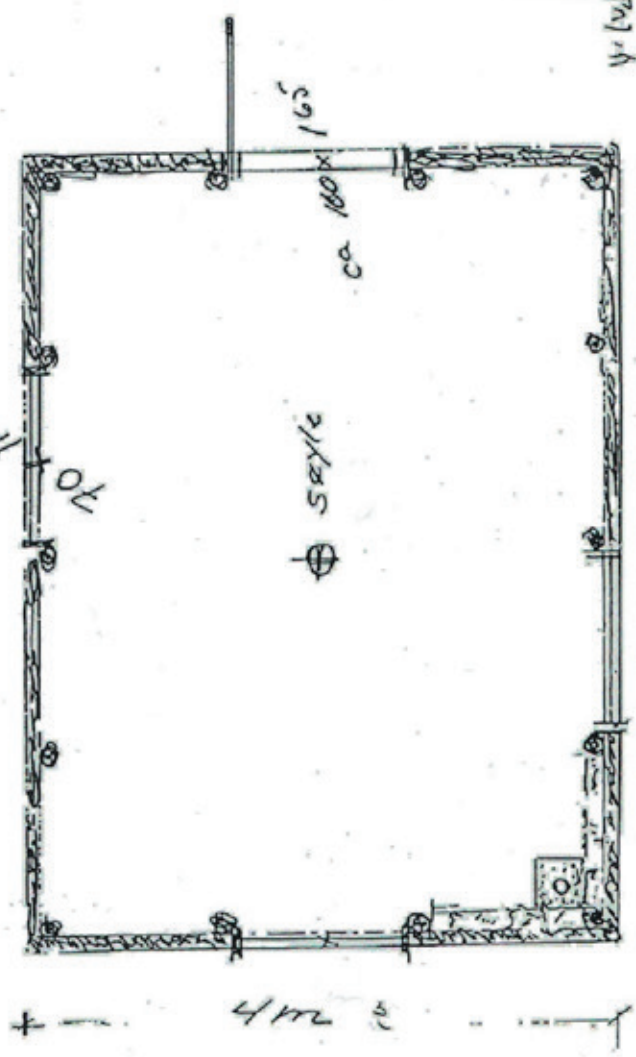
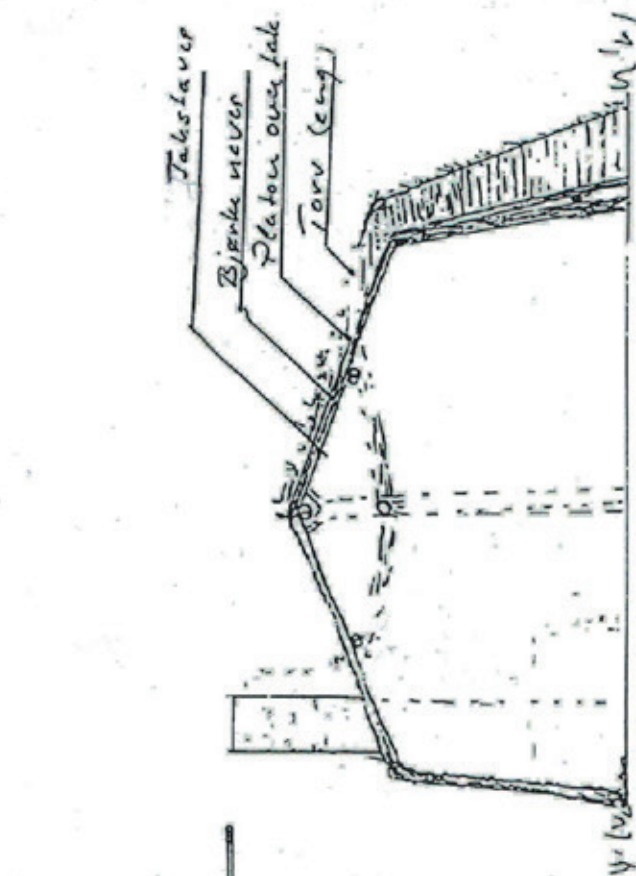
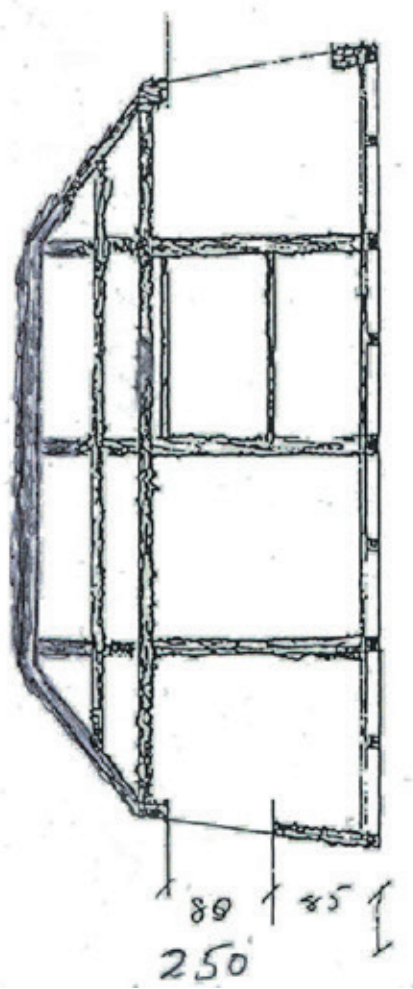
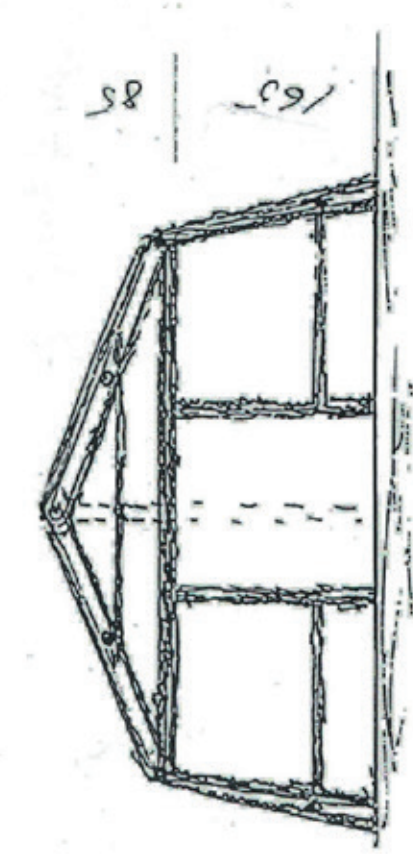
*Hvis man ønsker å gå en liten tur, finnes
det mange asfalterte stier innenfor
gjerdet. Eller man kan velge og bare
spasere i terrenget rundt på tunet.*

*Go lea vuos goahti, de
ferte maid leat olgohivsset.*

*Når man først har en gamme,
så må det også en utedo til.*



Gohtetevnnet - Arbeidsskisse av gammen



Tegnet av Jon Ole Rindem
Karasjok
VISSO GOAHTI

Murjen

Muorjjit ledje ovdal dehálaš oassin luondduruovttudoalus. Murjen ja muorjebarggut gulle dábálaččat nissonolbmuide ja mánáide.

Muhto maddái almmáiolbmot murjejedje, earenoamážit luopmániid. Eará murjjiid maid geavahedje ledje jonat, sarridat, juoguhat ja jierehat. Manjit áiggis leat muhtimat maid gilván čáhpesjerehiid, eanamurjjiid ja jierehiid.

Lea go son muhtin ássiin gii háliidivččii murjjet? Dárbbáša go son veahki? Sáhtta go muhtin oapmehaš veahkehit? Naba son muhtin skuvlamáná?

Bærplukking

Bær var tidligere en viktig del av naturalhusholdningen. Det var kvinnene sammen med barna som var mest engasjert i bær og bærplukkingen. Men det var nok også en del menn som deltok, særlig gjaldt det multer. I tillegg til multer ble det i Indre Finnmark brukt tyttebær, blåbær, blokkebær, og rips. I den senere tid har noen dyrket litt solbær, jordbær og rips. Kanskje det er noen eldre som kan og ønsker å delta i bærplukkingen? Trenger de noe bistand fra andre? Kan noen av de pårørende hjelpe til? Hva med skolebarna?

Árvalusat:

Jus lea gilvvagárdesearvi dahje eará gilvvagárdeberošsteaddjit lahkosis, de sáhtta váldit oktavuoda singuin.

Tips:

Hvis det finnes et lokalt hagelag eller andre hageentusiaster kan de sikkert tre støttende til.



Murjen ii leat dat geahppaseamos bargu vuorasolbmuide geat lea dongon. Earenoamážit lea luomečoaggin okta daid losimus bargguin mat gávdnojit.

Bærplukking er ikke det letteste arbeidet, især for eldre mennesker med stive rygger og knær. Spesielt kan multeplukkingen være en av de tyngste oppgavene....





Fuolahusviesu olggobeallái leat gilvojuvvon veháš muorjemuorat, earret eará jierehat. Ássit sáhttet ieža fitnat olggobealde borralit murjjiid, dahje čoaggit buot dálu ássiid borramii.

Utenfor omsorgsbolger er det plantet endel bærbusker, bl.a. rips. Det er lettvent for beboerne å ta en tur ut for å spise bær eller å plukke til felleshusholdningen.

li oro leamen veadjetmeahttun čoaggit jierehiid ja juogohiid vaikko lea vázzinstuollogeaavaheadji ja lea čalmmeheapme.

Det går tydeligvis an å plukke ripsbær selv for en som er blind og avhengig av rullator

Fuolahusviesu duogábealde šaddet jonjat. Dat leat oahpes muorjjit buohkaide. Dat mii lea buorre jonain, lea dat go dat leat dan mađe garra muorjjit ahte girdet sihke smávva mánaid gieđaid ja vuoras olbmuid roavvásit gieđaid.



Utenfor omsorgsboligen finnes det tyttebær som er en kjent bærsort for alle i området. Denne bæra tåler små og uvørne barnehender og også de eldre som ofte har stive fingrer.

*Šadden go dahkat buot odne
maid ledjen jurddašan?*

*Fikk jeg gjort alt
det jeg skulle gjøre idag?*

Ruđalaš doarjut girjái leat - Prosjektet er støttet av:



**SÁMEDIGGI
SAMETINGET**



**Kárášjoga gielda -
Karasjok kommune**

Girjji ovddasvástideadji - Boka er utgitt av:

Sámi álbmoga buhcciidruokto-
ovddidanbálvalus



Utviklingscenter for sykehjemstjenester
til den samiske befolkningen