

Guládallam ja sæbrástallam

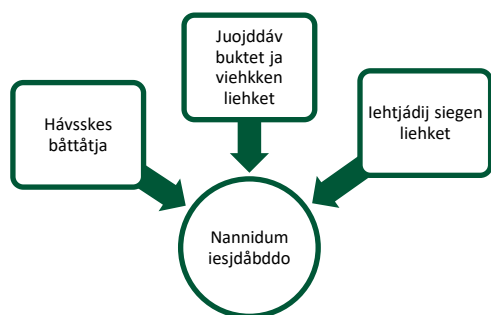
Demænsasaskihpudahka álu merkaj edna rievddadusá sunji gænna l demænssa ja suv lagámusájda. Dát aj guosská rádnajda ja ietjá oahppásijda muhtem mudduj. Luondulasj la soarjijt ja boahhteájge badjel måråstit. Moaddása soajttá hádjáni, suhhti ja vájvástuvvi. Ihkap asjmen sjaddá ja rijdo badjáni, ja aktijvuohta gæhttaluvvá.

Akta reaksjávnná soajttá liehket gæssádit ja sæbrástallamav garvvet. Man rabás la demensa birra málssu ulmutjis ulmutjij gænna l demænssa ja familjas familljaj. Ienemusájda dávk lisj vuogas bájke ulmutjijda giehttot gáktu dille la sijáj siegen liehket.

Lásjmudallam ja sosiála aktijvuohta la ájnas. Hávsske lisj dávk oahpes dájma joarkket. Lagámusá, varresvuodabargge ja iehtjáda máhtti doarjjan ja viehkken liehket. Teknologija ja viehkkenævo li dávk aj jasskavuhtan ja iesjrádallasjvuohtaj doarjjan.

Ájnas árggabiejven

Juohkkahasj dárba dábddát juojddáv buktá ja jut viehkken la. Báktji gá váset ij rat sosiála aktijvuodajn birggi. Hávsskes báttátja ja aktisasjvuohta iesjdábdov ja værddogisvuodav nanni.



Ulmotja demensajn e lálpe juohkka diŋgav majt bukti. Juohkkahattjaj la hávsske dábddát jut ájn mierkki juojddáv iehtjádijda. Sæmmi báttá la suohtas iesj aktu duov dáv nahkat állit.

Párajda ja familjajda la álu ájnas joarkket aktisasj dájma árggabiejven nav guhkás gá vejulasj. Dát soajttá gájbbet sij gudi li duv birra vehi viehkedi ja árggabiejvev hiebadi.

Rievddama ma li ájnnasa guládallamij ja aktijvuohtaj:

Mássjelisvuohta – Mássjelisvuodav járgijdit moatte ássijda avta bále soajttá sjaddá gássjel.

Oahppam ja mujtto – Ij mujte ádá diedojt degu ávddála. Ihkap la álkkep dábddát gá huomahit. Huomahit dán aktijvuodan merkaj mujttet dáhpádusájt jali namájt váni makkirak mujttádus jali ietjá viehkke. Gá dábddá de adná detáljajt birrasin viehkken mujttet.

Giella – Gássjelisvuoda dádjadit, ságastit ja riekta bágojt gávnnat. Álu buorebut mujttá iednegielav gá giela majt la maŋŋela iellemin oahppam.

Dájdo - Vuojnno, gullo, happsem ja májssstem soajtti binnu.

Maŋenagi gá demænssa njámmu de sjaddá lássát mujttet ja dádjadit majt iehtjáda javlli, sierraláhkáj gá moattes li tjoahken ja avtatnjálmes sáhkadi. Danen la ájnas gáhttit jut ælla ilá moadda jiena ja ávastime ma hiemssidi. Álu hæhttu diedojt gærddádit. Sunji gænna l demænssa soajttá sjaddá lássát gássjelis gatjálvisájda vásstedit, tjielggit, ja iesj subtsastit. De ihkap la vuogas guládallamvuohke dáhpádusájt gærddádit. Lagámusájda ja iehtjádijda luluj vuogas ájádallat gáktu buoremusát guládallat vásádusáj giehttoma baktu, dádjadit ja liehket dádjadahte.

Oajvvadásá guládallamij

- Ane oanegis, álkkes gárgadisájt, ale val abstrakta moallánagájt ja tjielggidusájt ane.
- Ale mujtov hásstala, ale gatjáda mujtá gus... ?
- Ale gatjáda gássjelis gatjálvisájt degu manen...?, gáktu...? ja gut...? ma gájbbedi mujttá.
- Liege tjielgas, ane álkkes gielav ja lággŋi avtav ássjev ájgen.
- Ale buvte dæssjedis ja ávkedis diedojt.
- Viehkedaste gá guládallam ganuk, valla ale val válde badjel.
- Ane tjielgga rumájgielav.
- Liege assten ja ráfen gá aktan lihpit.

Duodde hásstalusá guládaládiijn

Muhttijn sjaddi ságastallama ja aktijvuoda sierraláhkáj gássjela danen gá sujna gænna l demænssa ja lagámusán li állu ietjálágásj dádjadusá diles. Soajttá guokta vuojno dan birra mij la javladuvvam ja dagáduvvam, dile árvustallam ja makkir viehkeve dárba. Gá la juojddáv vajálduhtám de ij lijssi tjuottjodit mujna la riehta. Moadda lagámusá vájbbi gá sámmi tiemá ja gatjálvisá gærddáduvvi.

Sierraláhkáj la hásstalus gá gáddalussjá ja rædostuvvá (degu vierreájádusá suolavuoda ja jáhkodisvuoda birra). Sámmi guosská gá sán gænna l demænssa tjielggi ássjiit ja dámat muhtemij/juongá vuoksuj mij ij la dáppe (tjalmmegæjdo). Dákkir dilen la sierraláhkáj ájnas jut lagámusá la nágin gei máhtti ságastit ja rádiit oadtjot varresvuohtha- ja hüksodievnastusás.

Dábdos ássje viehikken

Aj mañnel gá la demensav oadtjum lijkkuji ienemusá dahkat dav majt ávddála li dahkam. Lagámusáida ja iehtjádiida la álu mávsulasj biggit ájnegisá histávrá, kultuvra ja giela milta ja nali. Oahpes bájke ja gávne ihkap mujtojt báktáli ja li buorre álggon ságastallamij ja aktijvuohatj.

Akta oajvvadus la iesj ávddán buktet oahpes dáhpádusáit, ságastit lahka fuolkij ja ietjá ájnas ulmutij birra. Ságastallama daj ássij badjel ma li læhkám ja ájn li ájnnasa iellemin, soajttá nannij suv histávráv ja árvov. Ájnas la dádjadit ja vieledit. Ælla agev máttiij bágoj duogen aktisasjvuodav dábdát.

Jus la luonnduj, juhtusijda ja æládusáida tjanáduvvam, de hiehpá dáj birra ságastit. Lagámusá ja iehtjáda máhtti viehikken mujttet. Gá giella hedjun de la mávsulasj ájádallat gáktu áhtta **dájdajt arvusmahttet** dakkir láhkáj mij sunji hiehpá.

Gæhttjat gávájt ja filmajt oahpes bájkijs ja ulmutijis. Ávvudallat luonndovásádusá, giedjegij ja bájno ávdás.

Gulldalit musihkav, divtajt, lávlagijt ja juojgajt ihkap arvusmahtta lávllot ja dånssut ja aktisasjvuodav ja ávov buktet.

Happset ja májstet oahpes biebmajt ja juhkusijt soajttá viehikken mujttet ja dáhkkidit. Sámmi ietjá hájaj ja májstaj majt ávdutjis dábdá

Dábdát liekkosvuodav ja galmmasav, stáffajt, ráffijt ja diedon tjuoma baktu gá duohtat dávk mujtojt buktá ja buorre dábdajt.

Labudit mujtojt báktá, ja dálusj tjehpudagá ávddán báhti oahpes diliin, degu gá dájgev nuoddi, guolbev sábas, sliehturijt sujtti jali ihkap dånssu.

Gá áttjut dájmajt ma sunji hiehpá, máhtti lagámusá ja iehtjáda viehkedit hábbmit vásádusáit maj baktu dábdá ja dáhkkiduvvá. Dát soajttá iesjdábdov nanni.

Rabásvuohtha

Jus subtsasta familljaj, rádnajda, rádnájda ja oahppásiida skihpudagá birra de sjaddá álkkep dilev dádjadit. Familja ja værmástahka aj dárba oahppat demensa birra váj bukti árkkabiejven viehkedit ja doarjjot. Iehtjádiit iejvvit gudi li muodugasj dilen, ietjas vásádusá birra subtsastit ja iehtjádij vásádusáit gullat, la ájnas moadda lagámusáida. Sihke varresvuohtha- ja hüksodievnastusá ja luojoj siebre li viehikken ietjasa fálddagá. Lagámusáskávlá ja ságastallamjuohkusa li buojkulvisá forajs gánná lagámusá máhtti buorre rádiit oadtjot ja nubbe nuppes oahppat.

Fálddagá ja dievnastusá aktijvuodan la ájnas álgget skihpa ulmutja duogátjijn, iellemvuogijn ja dábij. Jus ulmutja histávráv ja kultuvrav dábdá de la dat viehka mávsulasj gá galggá persávnålasj huvsov ja dájmajt fállat ma aneduvvi mávsulattjan.

Referánsa/Oajvvadusá girjålasjvuohatj: Aldring og helse: *Utfordringer og muligheter – samvær med personer med demens* (2013), *Jeg er minnene mine* (2017), Dvd-en *Kommunikasjon og holdninger* (2012) Nasjonalforeningen for folkehelsen: *Håndbok for pårørende* (2017) Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester for den samiske befolkningen i Finnmark: *Hva skal jeg gjøre i dag, tro?* (2013)

Tiebmá-árkka la dagádum Nasjonal kompetansetjeneste for Aldring og helses Varresvuohtheadirektaráhta diñnguma milta ja la oassen lagámusáidájmajs Demænssaplánan 2020.

Gudi li tjállám: Per Kristian Haugen, Kirsti Hotvedt og Reidun Ingebretsen

Almoduvvam: 11.01.19.