

Guládallam ja sæbrástallam

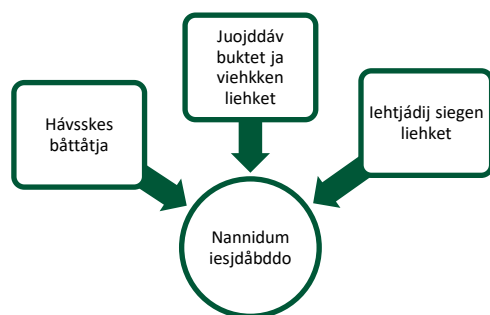
Demænssaskihpudahka álu merkaj edna rievddadusá sunji gænna l demænssa ja suv lagámusájda. Dát aj guosská rádnajda ja ietjá oahppásijda muhtem mudduj. Luondulasj la soarjijt ja boahhteájge badjel måråstit. Moaddása soajttá hádjáni, suhhti ja vájvástuvvi. Ihkap asjmen sjaddá ja rijdo badjáni, ja aktijvuohta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

Akta reaksjávnná soajttá liehket gæssádit ja sæbrástallamav garvvet. Man rabás la demensa birra målssu 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 jjoarkket. Lagámusá, varresvuodabargge ja iehtjáda máhtti doarjjan ja viehkkien liehket. Teknologija ja viehkkienævo li dávk aj jasskavuhtan ja iesjrádálásjvuohtaj doarjjan.

Ájnas árggabiejven

Juohkkahasj dárba j dábddát juojddáv buktá ja jut viehkkien la. Báktji gá váset ij rat sosiála aktijvuodajn bierrgi. Hávsskes báttátja ja aktisasjvuohta iesjdábdoj 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 jjoarkket aktisasj dájma j 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 jårgijdit moatte ássjijda 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 viehkkien mujttet.

Giella – Gássjelisvuoda dádjadit, ságastit ja riekta bágojt gávnnat. Álu buorebut mujttá iednegielav gá giella 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 guládaládijn

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 viehkeav dárba. Gá la juojddáv vajálduhtám de ij lijssi tjuottjodit mujna la riektá. Moadda lagámusá vájbbi gá sáemmi tiemá ja gatjálvisá gærddáduvvi.

Sierraláhkáj la hásstalus gá gáddalussjá ja rædostuvvá (degu vierreájádusá suolvuoda ja jáhkodisvuoda birra). Sáemmi guosská gá sán gænna l demænssa tjielggi ássjijt ja dámat muhtemij/juongá vuoksuj mij ij la dáppe (tjalmmegæjdo). Dákkir dilen la sierraláhkáj ájnas jut lagámusá la nágín gei máhtti ságastit ja rádiijt oadtjot varresvuohta- ja hüksodievnastusá.

Dábdos ássje viehken

Aj mañnel gá la demensav oadtjum lijkkuji ienemusá dahkat dav majt ávddála li dahkam. Lagámusáida ja ietjádijda 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 dáhpádusáijt, ságastit lahka fuolkij ja ietjá ájnas ulmuttij birra. Ságastallama daj ássij badjel ma li læhkám ja ájn li ájnnaa iellemin, soajttá nanniji suv histávráv ja árvov. Ájnas la dádjadit ja vieledit. Álla agev máttiij bágoj duogen aktisasjvuodav dábdát.

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

Gæhttjat gávájt ja filmajt oahpes bájkis ja ulmuttijis. Ávvudallat luonndovásádusá, giedjegij ja bájno ávdás.

Gulldalit musihkav, divtájt, lávlagijt ja juogájt ihkap arvusmahtta lávllot ja dånssut ja aktisasjvuodav ja ávov buktet.

Happset ja májstet oahpes biebmajt ja juhkusijt soajttá viehken mujttet ja dáhkkit. Sáemmi ietjá hájaj ja májstaj majt ávdutjis dábdát.

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 áttjot dájmajt ma sunji hiehpá, máhtti lagámusá ja ietjáda viehkedit hábbmit vásádusáijt maj baktu dábdát ja dáhkkitduvva. Dát soajttá iesjdábdov nanni.

Rabásvuohta

Jus subtsasta familljaj, rádnajda, rádnáida ja oahppásiida skihpudagá birra de sjaddá álkkep dilev dádjadit. Familja ja værmástahka aj dárba oahppat demensa birra váj bukti árkkabiejven viehkedit ja doarjjot. Ietjádijt iejvvit gudi li muodugasj dilen, ietjas vásádusáijt birra subtsastit ja ietjádijt vásádusáijt gullat, la ájnas moadda lagámusáida. Sihke varresvuohta- ja hüksodievnastusá ja luojvoj siebre li viehken ietjasa fálddagá. Lagámusájskávlá ja ságastallamjuohkusa li buojkulvisá forajs gánná lagámusá máhtti buorre rádiijt oadtjot ja nubbe nuppes oahppat.

Fálddagá ja dievnastusá aktijvuodan la ájnas álget skihpa ulmutja duogátjijn, iellemvuogijn ja dábij. Jus ulmutja histávráv ja kultuvrav dábdát 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 lagámusájdájmajs Demænssaplánan 2020.

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

Almoduvvam: 11.01.19