

Katsorsartinnissamut paasissutissat



Allorfimmi imigassamut, aanngajaarniutitut aningaasanoornernullu pinggitsuuisinnaajunnaarnernut katsorsaanernik neqerooruteqarpugut.

Katsorsartikkusukkuut nalunaaqqaanngikkaluarlutit katsorsaavitsinnut tikilluaqqoreerpatsigit, ulluinnarni Allorfik Sermersooq nal. 09.00-ip 15.00-llu akornanni ammasarpoq.

Aamma sianersinnaavutit oqarasuaammut +299 53 12 42 sms-imilluunniit nassilluta, taava sianerfigiumaarpatsigit.

Kikkut tamarmik akeqanngitsumik katsorsartissinnaapput

Katsorsartinnissannik kissaateqarsinnaavutit Allorfimmut takkunnikkut imaluunniit kommuunerisanni inunnik sullissisunnt saaffiginnissinnaavutit. Sulisitsisut aalajangersimasut Allorfimmut isumaqatigiissuteqarput sulisuminnik aamma innersuussisinnaallutik. Katsorsartikkusullutit innersuunneqaruit, taava akuersinermut uppersaammik atuartinneqassaait taamatullu katsorsartereernerup kingorna pilersaarummik aamma kommuunimi sullissisoq peqatigalugu immersuisinneqassallutit. Tamanna katsorsartinnermi katsorsartereernerullu kingorna ikiorluarneqarnissannik qulakkeerinninnerussaaq.

Katsorsaariaaseq qanoq ittoq Allorfik Sermersuumi atorneqartarpa?

Kommuneqarfik Sermersuumi najugaqaruit Allorfik Sermersuumut ornigullutit imaluunniit Skype telefoniluunniit atorlugu katsorsartissinnaavutit. Katsorsaanerlu sap. ak. 10-ni ingerlanneqassaaq, taassumalu ingerlanerani oqaloqatiginninnerit pisariaqartitsinerit naapertorlugu sap. ak. marloriarluni ingerlanneqassapput. Oqaloqatiginninnerit minutsit 45-t missaanni ingerlanneqartarput. Oqaloqatiginninnerit kisimiilluni ingerlanneqartarput imalt. pisariaqartitsineq aallaavigalugu ilaqtutat ilanngunneqarsinnaallutik. Misissuinerit takutippaat Allorfiup katsorsaariaatsimik atuinera iluatsilluartoq.

Katsorsartereernerup kingorna eqimattakkaarluni neqeroorut

Katsorsartinnerit naammassippat katsorsartereernerup kingorna katsorsartissimasunik allanik naapeqateqartarnissannik neqeroorfigineqassaait. Naapeqateqartarnermi eqimattami oqaloqatigiinnermi anguniakkavit angunissaannut tapersorsorneqassaaait. Naapeqatigiinnermi mindfulness (iliuutsit/periutsit tarnikkut toqqissisimanermut tunngasut) sungiusarneqartarput. Eqimattatut naapinnerit akunnerit marluk missiliorlugit sivissussuseqarput.

Qanigisaasunut ikiunneq

Pinngitsuuisinnaajunnaartunut qanigisaasut amerlasuut ilaqarput, ilungersunartunik nalaataqartartunik qanorlu iliorsinnaanerminnik nalornisarlutik. Taamaattumik inersimasut qanigisaasut Allorfimmiit ikiorserneqarsinnaapput. Qanigisaagaanni, aamma allat qanigisaasut peqatigalugit ilinniartinneqar- tarput. Pinngitsuuisinnaajunnaarneq ilaqtuariinnut qanoq sunniuteqartarnera pillugu ilinniartitsissutigineqartarput kiisalu misigissutsit oqimaassinnaasut oqaloqatigiissutigineqartarlutik. Peqataasut iliuutsinik atorsinnaasaminnik sungiusarneqartarput kiisalu eqimattakkaarluni suleqatigiinnissamut aamma ilitsersorneqartarlutik.

Katsorsartinneq aallaqqaataaniit naammassinnaanut qanoq ingerlasarpa?

Illit, sullissisut imaluunniit sulisitsisut Allorfimmut saaffiginnissinnaavusi. Allorfimmi sulisut paasitissavaatit qaqugu oqaloqateqassanersutit.



Oqaloqateqarnerit siulliit (pingasut miss.) suna pillugu katsorsartinniarnertutit aamma anguniakkat pillugu qanoq ingerlaqqinnissannik qulaajaaneq.



Oqaloqateqarnerit tulliuuttut (marluk miss.) inuuninni inissisimavinni killiffiit eqqartussavagut, katsorsartinnissavit ilusissaanut atugassaammat.



Oqaloqateqarnitit tulliuuttut eqqarsaatinut, misigissutsinut iliutsinullu tunngapput. Anguniakkat angunissaanut iliussissat eqqartorneqassapput.



Katsorsartinnermi sapaatip akunneri qulit qaangiunnerini anguniakkat attatiinnarnissai siunertaralugu naapeqateqarnissaq periarfissaavoq.



Katsorsartereerup kingorna allanik naapeqateqarnissaq periarfissaajuaannassaaq. Allorfimmut attaveqarnissannut tikilluaqqusaajuaannarputit.

Kikkut katsorsaasutut Allorfimmi naapitassaappat?

Allorfinni katsorsaasutut naapitassatit assingiingitsunik ilinniagaqartuupput assersuut: Perorsaasut, isumaginninnermi siunnersortit, peqqissaasut imalt. psykoterapeutit ilinniakkaminnik qaffassarlutik pinngitsuuisinnaajunnaarneq pillugu ilinniaqqinnikut.

Katsorsaasut tamarmik nipangiusimasussaataapput. Allorfiup avataani eqqartorusunngisatit oqaluttuarisinnaavatit.

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

Arlaanik apeqqutissaqaruit, attaviginissatsinnut tikilluaqqusaavutit. Allorfimmi takunissat qilanaaraarput.



Allorfik Sermersooq – Nuukullak 8B – 3900 Nuuk

✉ allorfik.sermersooq@allorfik.gl

☎ +299 53 12 42

🌐 www.allorfik.gl