

Bájkkeavijssa NuorttaSálto

Biebbmo duostodimdoajmman

Tæksta: Kitty Skapalen
Járggálibme: Idar Kintel

Dálusj biebbmodábe, labudallam ja sosiálalasj tjáhkanime li duostodimdájma majt Demænssa-siebrre Divtasvuonan le mañemus jage tjadádam.

- Dájna sávadip vuorrasappoj ja demensalattjaj ja sijá lagámusáj iellemájvvanav buoredit, ja hiebadit vaj sijá átsádallama, máhtudagá ja aktisasj luohkko aneduvvi avtastahtedum láhkáj lahkabirrasin, javllá njunnjusj Inga Karlsen.

Moadda dálusj biebbmodábij namá gávnnuji vuoras ulmutjijn, valla gá birrasa li rievddam ja vuodoæládusá li ruoptus mannam, de dálusj sijddanjuovvam ja vuodnaguollim libá dábijs gáhtomin. Ábnnasijt gávnnat árbbedábálasj biebbmuj le gássjel ájnegattjajda.

- Vuorrasa li stuorra luohkko gá siján li diedo ja máhtudagá majt vierttip oahppat ávddál ilá mañnet sjaddá, javllá Inga Karlsen.

Biebbmo duostodimdoajmman demensa vuosstij le dábdos, valla moaddása vuorrasijs ælla hárrjánam ájadalátjijt biebbmo máhtá duostodit ietjas varresvuodav. Biebmokursa ulmmejuogos le vuorrasappo ja dementa, aktan sijájn gænna le alzheimer julevsáme guovlon ja sijá lagámusá.

Siebrre le moadda ásadusá tjadádam. Manno Vuodnabahtaj ávdep tjavtja lij riek buorre.

- Dalloj mállebiebmov riejjdima, mállemárfev, kámsav, mállegáhkajt ja



Buolvas buolvvaj. Máhtudagáj, átsádallamij ja aktisasj vásádusáj tjáhkanime sihke nuora, álessjattuga ja vuorrasappo. Gávvá le Vuodnabadás ávdep tjavtjas gá mállebiebmov riejjdij.

PA TVERS AV GENERASJONER. Kunnskap, erfaringer og felles opplevelser samler samler både unge, voksne og eldre. Her fra Hellemobotn sist høst da blodmat sto på menyen. Foto: Anna Kuoljok

gáhkajt báhkkujma, javllá álgadiddje ja njunnjusj Inga Karlsen. Muhtema muorjjijin, madi ietjádá biebmov gárvedin ja báhkkujma. Ja jur ábnnasa soajttá hástalus liehket gá galga árbbedábálasj biebmov riejjdit dálásj sebrudagán, gánná ienemus oasse rámbudvan gálvojt oassti. – Mij sávtsa ja boahhtsumálev, tálga ja tjálij Svierigis ástijma. Ja muhtema mánájs gudi biebmov májstín sihkarit dav sierralágásj májstén adnin, májut sán.

Ulmme le tjáhkanimsajev ásadit gánná biebbmo ja biebbmoárbbedábij máhtudagáj lánudallá, gánná vuorrasappo li luohkkon.

- Labudallam gá ábnnasijt viedtjap, ja sosiálalasj tjáhkanimejda oassálasstet ságastallamijn buorep duostodimvájkkudusáv vaddá, mij navti vuorrasappoj ja dementaj ja sijá lagámusáj iellemájvvanav buoret, javllá Karlsen. Vuostasj lánvodagá snjuktjamánon lidjin tjáhkanam Ájluovta skávlláj gánná gullebiebmajt riejjdij. Danna

guollegáhkajt, guollepuddigav, silldárievnajuotsav, læfsojt riejjdij, ja diedon muljov hávvarrievnajuotsajn ja mielkijn.

- Dálen agev muljov esski iehketbiejven bárrin, juohkkahasj diedij dát lij oademdákkasa lágásj ja bárráma mañnela ettijn vargga majdik nagá dahkat, tjajmmá Inga.

Prosjækta le biejadum moatte jábijda, dájmaj ma luondulattjat gulluji iesjgeñgalágásj jábijda; várrevádtsem muorjjitjijt ja urttasijt tjoakkátjijt, guollit ja njuovvama tjavtjajt. Bæssátjijt mañnela galggá juogos Másskáj tjáhkanime ja mielkebiebmov riejjdit, gumbájn ja gámsamielkijn, ja moattelágásj vuosstáslájaj.

- Barggap ásadusáj ietjáj bájken Divtasvuonan gidán, ja dalloj galggap njuovvat ja bierggobiebmajn barggat. Guollim aj sjaddá, ja vanntsa ja skihpar libá juo lájggidum, javllá sán.

Prosjevtan le juohkka avta oassálasstén

ietjanis árvvo máhtudagáj ja átsádallamij, ja aktisasj dáhpádusá ja labudallam le árrum ájnas sosiálalasj doajmman. Gá árvvon adni ja ádásmahtti juohkkahattja máhtudagáv, ja gá oassálasstti ja labudalli de juohkkahasj buoredum iellemájvvanav oadtju.

Ájggu tiebmágirjájjav dahkat kursajs mij vatteduvvá juohkka oassálasstáj, sijá lagámusájda, guoskavasj siebrijda, girjjevuorkájda julevsáme guovlojn ja ietjádijda gudi dav sihti.

- Dá girjájta almoduvvi javllamánon ja almoduvvi sihke julevsámegiellaj ja dárogiellaj, hájttá dájmalasj ja dudálasj Inga Karlsen.

Prosjækta le dárjaduvvam Álmmukvarresvuoda nasjonalsiebrre 105 000 krávnáj. Demænssasiebrre Divtasvuonan le gávvim ja prosjektadiedádusáv tjállám kursav duodastittjat.



Árbbedábálasj biebbmo. Málle tjálij sisi dieveduvvá ja gá le rujtan vuosjaduvvam, de mállemárfve nuorajda ja vuorrasappojda guossoduvvá.

GAMMEL MATTRADISJON. Blodet fylles i tarmene og etter å ha kookt i gryta en stund, serveres blodpølsa til både ung og gammel. Foto: Anna Kuoljok



Mij le njálgep gáhkos mij muorravuonán le baseduvvam? **HVA SMAKER** vel bedre enn gahkko stekt på ekte vedkomfyr? Foto: Anna Kuoljok



Garralábbe de galggá guollebiebmo guoran. **FLATBRØD** hører til med fiskematen. Foto: Liv Edvardsen