

HEAITTE! MU RUMAŠ!



**Giehtagirji rávisolbmuide das mo rumašjuolggadusat
sáhttet adnot vuodđun go ságastallet mánáiguin
rupmaša, rájiid ja priváhta osiid birra.**

MII RÁVISOLBMOT LEAT ČEAHPIT ČILGET MÁNÁIDE
OLLU NJUOLGGADUSAID, MUHTO OALLUGIID
MIELAS LEA VÁTTIS MÁNÁIGUIN SÁGASTALLAT
NJUOLGGADUSAID BIRRA MAT GUSKET RUPMAŠII,
SEKSUALITEHTII JA RUPMAŠA PRIVÁHTA OSIIDE.

MII LEAT RÁHKADAN MUHTIN OANEHIS
RUMAŠNJUOLGGADUSAID, NU AHTÉ ŠATTAŠII ÁLKIT
MÁNÁIGUIN SÁGASTALLAT DÁID ÁŠŠIID BIRRA.

Go ságastallat dáid áššiid birra, de oadjudit mii mánáid rupmaša, rájiid ja seksualitehta hárrái ja dahkat dáid temáid lunddolažžan.

Mánát leat luonddus juo diehtoáŋgirat, ja koarttaid bokte sáhttet sii ain eambbo háliidit oahppat.

Mánát láddet iešguđetge leahtuin. Go mánát besset imaštallat, jearahit ja gaskaneaset ságastallat, de lea álkit heivehit sága guđege máná láddandássái.

Lea deatalaš ahte mánát árrat ohppet mii lea lohpi ja mii ii, das mii guoská sin iežaset rupmaša rájiide. Go oahpásmuvvet rupmaša rájiide, de šaddá lagasvuohta oadjebas ja iešdovdu nannoseabbo.

Livččii buorre ságastallat dovdduid birra ovdal go ságastallabehtet rumašnjuolggadusaid birra.

Sáhtášii maid buorre gávnnaht vuogas liibba ságastallat rumašnjuolggadusaid birra, mii heive guoskevaš mánáidjovkui. Dasa sáhtta ovdamearkka dihte geavahit vávváid, rollaspealuid dahje muitalusa man sii juo dovdet.

Go lehpet mánáiguin ságastallan rumašnjuolggadusaid birra, de lea vejolaš čađahit muhtin álkis hárbjehusaid. Boahhte siidduin leat árvaluvvon njeallje hárbjehusa.

Massáša ja posiitiiva guoskkahallan

Mánát čohkkedit guovttis ja guovttis oktii, nubbi mánná nuppi sealggi duohken, ja geahččaba ovtta guvlui. Mánná goabbá lea marjábealde, jerrá vuos dan nuppis ÁIGU GO son massáša. Sáhtti-behtet soahpat ahte čájeha “bealggi bajás” go lea buorre guoskkaheapmi ja “bealggi vulos” go lea unohis guoskkaheapmi.

lešguđetlágan massáša:

Bivttasdoalan

Doala bealggi ja čuvddi dego bivttasdoalaniin ja cikcestala niskki ja olggiid várrogasat.

Guovžžajuolggit

Deatte gieđaiguin, álgge vuolágeahčen sealggi ja deatte ovttain gieđain hávális bajás gitta olggiid rádjái.

Čierastanluohkká

Njávkkas jođánit nuppi máná goabbatge bealde, gieđaid mielde.

Dolgi

Guoskkahala suorpmaguin várrogasat sealggi ja gieđaid.

Arvi

Guoskkahala sealggi suorbmagežiiguin vai dovdo dego arvogoikkanasat.

Hárjehallat gielddit negatiiva guoskkaheami

Dás hárjehallabehtet rájjiid bidjat, vaikko nubbi vuorjá ge. Seammás hárjehallabehtet čielgasit dieđihit.

Rávisolmmoš dahje muhtin mánná doallá juoidá mainna sáhttá guoskkahit earáid, ovdamearkka dihte dolggi. Son geas lea dolgi, čuggesta dan earáid vuostá. Hárjehallet hui čielgasit dadjat «HEAITTE!». Rávisolbmot sáhttet áinnas leat ovdagovvan ja bidjat čielga rájjiid, ja čurvet «Heaitte!». «Dat lea mu rumaš!», «Jus it heaitte, de muitalan rávisolbmui!» Dán stohkosa sáhtti-behtet stoahkat olgun ja siste beaivvi mielde.

Hárjehallat čovdosa gávdnat

Dá leat golbma dilálašvuoda maid birra sáhtti-behtet ságastallat mánáiguin.

Mánát sáhttet čilget makkár dovddut čuožžilit ja árvalit čovdosiid.

Siessá bohtá Emma ja Evena guossái. Emma illosa ja buorresta siesá. Even lea hudju, ii ge hálit buorrestit siesá. Fertego Even buorrestit siesá? Sáhtta go son dahkat eará go buorrestit?

Emma ja Even stoahkaba čagalduhttin-stohkosa. Dat lea hui somá, muhto de ii hálit Emma eambbo stoahkat. Mo sáhtta Emma dadjat Evenii ahte son ii šat hálit stoahkat? Fertego Even heaitit vaikko su mielas ain lea somá?

Eanu govve du go leat duškeme čáziin olgun. Du mielas lea heahpat go son govve du. Maid sáhtát dahkat?

Rumašnjuolggadusat quiz-stoagusin

Go lehpet oahpásmuvvan rumašnjuolggadusaide de sáhtta leat somá daid sisdoalu geavahit quiz-stoagusin.

- Gii mearrida du rupmaša badjel?
- Maid sáhtta dahkat jus háliida buorrestit?
- Mat leat priváhta rumašoasit?
- Gii sáhtta guoskkahit priváhta rumašosiid?
- Mii lea čiegusvuohta?
- Geasa sáhttet mánát mitalit?
- Manne lea buorre mitalit unohis dinggaid birra maid lea vásihan?
- Gean sivva lea jus muhtin rihkku rumašnjuolggadusaid?
- Maid sáhtát dahkat jus rávisolmmoš dahje eará mánná bávččagahtta du, dahje dahká juoidá mii dutnje šaddá váivin dahje ahte ballát?
- Jus don háliidat cummestit, buorrestit dahje čagalduhttit, fertet go vuos jearrat lobi?



RUMAŠNJUOLGGADUS 2

li oktage oaččo duohtadit du priváhta osiid
jus don ieš it háilit.

li oktage oaččo govvet du priváhta osiid.

li oktage oaččo coggat maidege du
njáibmái jus don ieš it háilit.



STÁHTA MÁNÁIDVIESSU Romssa



Maid don dagat jus mánná muitala juoidá mii dahká ahte don jurddašat ahte son vásiha illásteami dahje veahkaválddálašvuoda?

- Váldde máná sierra ja siđa su muitalit friddja iežas sániiguin.
- Sáhtát ovdamearkka dihte dadjat: «Don dadjet eske juoidá dan birra ahte muhtin lea dahkan juoidá duinna maid don it liikon. Muital dan birra.»
- Čále sánis sátnái mo don jerret ja maid mánná muitalii.
- Sáhtát jearrat goas diet dáhpáhuvai maŋemus. Jeara rabas gažaldagaid. Lea ovdamearkka dihte buoret jearrat «Mii dalle dáhpáhuvai?» dan sadjái go «Huškkui go son du?»
- Jus mánná imašta manne don jearat, de daja ahte don áigguat veahkehit.
- Ale lohpit ahte don it muital oktiige.
- Čále ain dađi mielde go dárkkut dahje ságastalat mánáin. Čáles áinnas maiddá eará diŋggaid nugo mielladili, láhttema dahje rievdamiid maid leat fuomášan.
- Ale doala iežat duohken maid várohat. Mital lagamus ovddasvástideaddji hovdii. Jus dárbu, ovdamearkka dihte jus ii oro váldime duođas, dahje jus várohat ahte hoavda ieš lea sivalaš, de humat bajit hoavddain dahje politiijaiguin, mánáidsuodjalusain dahje Stáhta mánáidviesuin.
- Navdojuvvon sivalaš ii galgga gullat vároheami birra, duođastusaid sihkkarastima geažil ja vai mánná ii ránggáštuvvo.
- Jus eai leat váhnemat geat várohuvvojit, de galgá jodiheaddji fuolahit ahte soai oažžuba dieđu vároheami birra, ja dat berre eandalii dahkkojuvvot ovttasráđiid politiijaiguin.
- Jus várohuvvon olmmoš lea bargi, de galgá jodiheaddji ovttasráđiid politiijaiguin gávnnahit mii galgá dahkkojuvvot.

BUP traumaenheten Stockholm fuomášumi vuodul.
Rumaškoarttaid leat Stáhta mánáidviessu Romssas,
Stáhta mánáidviessu Kristiansandas, Strai mánáidgárdi,
Kristiansand ja Tusseladden mánáidgárdi Romssas
ovttasráđiid ráhkadan.

**Rumaškoarttaid ja giehtagirjji sáhtá viežžat Statens
barnehus/Stáhta mánáidviessu neahttasiidduin.**

Statens barnehus
Stáhta mánáidviessu
Fágaidrasttideaddji gealboguovddáš



STÁHTA MÁNÁIDVIESSU

Romsa