



KATUJJIQATIGITSUNI SANNGINIQ

suliakatigetsianik tukisigiamut FASD sunaumangat working together to understand FASD

ILAUKATAUJOP ATUAGANGA * PARTICIPANT HANDBOOK

KATUJJIQATIGITSUNI SANNGINIQ

suliakatigetsianik tukisigiamut
FASD sunaumangat
working together to understand FASD

ILAUKATAUJOP ATUAGANGA
PARTICIPANT HANDBOOK



ᐱᐱᐱᐱᐱ ᐱᐱᐱᐱᐱ ᐱᐱᐱᐱᐱ
ᐱᐱᐱᐱᐱ ᐱᐱᐱᐱᐱ ᐱᐱᐱᐱᐱ



PAUKTUUTIT
INUIT WOMEN OF CANADA

KaujijauKujait

Una Atuagak ilagijanga Pauktuutit Inuit Annangita Canadami piusigigumajangatut ikillinitsauniammata sakKiKattaningit nutagatsait sukkuguttitausimajut FASD-mut nunalituKauvittini. Pauktuutit Kujannamejut unuttunut amma katutjiKatigenninut ikajuttigelaummata Kaujimagijammitut, pisimajammitut amma isumagijammitut umunga atuagammut amma ikajuttaudlutik FASD Advanced Training Module suligijautillugu.

Nakummeluagumajavut tamaita ilaliugutilet umunga Suliak Sujauniammangât katimattinigit:

Mary Akpalialuk—Annait Aulatsijinga, Qikiqtani Inuit katutjikatigenninningi, Iqaluit, NU

Shirley Elias—Angiqami-ni Ikajudluni Suliakatti, Ilagenut Ukaudjuujiudluni Aiviukattatumi, Iuvik, NT

Rosie Kagak—Nunalitukait Inosikatsianimmut kivkatutti, Kugluktuk Inosikatsianimmut Aiviuvingani, Kugluktuk, NU

Jean Michelin—Tamâniuluak Ikajudluni Suliakatti, Nunatsiavut Suliakavingani Inosikatsianimmut, kavamangani Nunatsiavut, Happy Valley, NL

Lizzie Ningiuruvik—Nunalitukauvimmini Inosikatsianimmut kivkatutti, Ungava Tulattaavik Inosikatsianimmut Aiviukattatumi, Quataq, PQ

Sue Qitsualak—Kativik Ilaliukatigengit/Niuggunikkut Suliakakataatuk, Aviusok ukununga Tchânejut Ilagenginnut, Yellowknife, NT

Pelagie Sharpe—Kanitagani Kanuittalinimut Suliamminik Kaujitsiji, Suliakavingani Inosikatsianiuup amma Nikitsatâitsikattatut Suliagijanginnik, kavamangani Nunavut, Rankin Inlet, NU

Nakummemagijavut Nunatsuami Nunakakkâsimajut Inosikatsianimmut katutjikatigenninigit ikajusimammata uvattinik tapsumunga suliamut.

Nakummeluadlugillu First Nations amma Inuit Inosikatsianimmut Ilanga Canadami kenaujat-tâtitsilaummat ikajuniattumik.

*kingullipamillu, Kujagijavut Pauktuutip suliamut ilagenninigit, **Joan Brackenbury**, Angajukâk, Nutagatsalinnut Suguset Inosikatsianinginnulu, **Annie Kristensen**, Suliap kamajinga, **Ultri** **Komaksiutiksak**, Aulatsiji Suliagijaujunik, **Marja Korhonen**, Maligatsanik akKisuiji, Nunatsuami Nunakakkasimajut Inosikatsianinginnut katutjikatigenninigit amma **Francene Ross**, Kaujimatitsije.*

Copyright ©Pauktuutit Inuit Women of Canada



Suite 400-56 Sparks Street
Ottawa ON K1P 5A9
Tel: 613.238.3977 Fax: 613.238-1787
pauktuut@pauktuutit.ca www.pauktuutit.ca





PITANGIT

KATUJJIQATIGIITSUNI SANNGINIQ—	
SULIAKATIGENNIK TUKISIGIAMUT FASD SUNAUMANGAT	i
Sunaumangata	i
Katimadlutik piusigigumajangit	ii
UVLUMI OKALAUTAUJUT	1
Paitsijiup Imminut-Kaujimauntingit	2
FASD Sunauningit	2
Ijalukannut-Attutausimajut Nutagait	3
Atuluadlakatanik	5
Pasijaugutet Atuluadlanimmot	5
Kuatsanganik	6
Isumangagut Kuatsanganik	6
Tataminnianattuk Kuatsanganik	7
UVLOP AIPPANGANI UKALAUTAUJUT	11
Salakumautet FASD-kut	12
Inuit Ikkagiluattangit: Sunainikkua uvagut Ittuta/Ningiuttalu Uppigiluattangen?	13
Piuset kiujaugutingillu	14
Suvailfait-Majonikut Suliat	14
Sujauttailinginitsaugiamut-Atuinnaugutigiak	15
Ikajuttaunik	15
Ilagetsiakatigegiamut	17
UVLUK PINGAJUANI UKALAUTAUJUT	19
Anajanammagittut Annait	20
UKaudjutautuinnaningit — Ikajuttaugutingit Asiagon	21
Ilsagatsak asiangutillugu	22
Pivalliatitsok Apitsunikkut	23
Ikajunnik Atuinnauguttisigiamut	23
kajusiumanginik Kongannilonnet	24
Kaujimmallaginnik Sunaummangatalu	25
UVLUK SITAMANGANI UKALAUTAUJUT	27
Pigiasinnik Nunammini Ikajusonik	28
IKillugu Itsataugumajuk	28
Ikajugiamik Ilamminik	29
Ajulinik sugiamut	30
Imminik kamatsianik	30
UKAUSER	33
ATUTTAUSOT	37
Kagitaujametut	38
Allait, katimautausimajut Atugatsangillu	39





KATUJJIQATIGIITSUNI SANNGINIQ

suliatigetsianik tukisigiamut FASD sunaummangat

ILAUKATAUJOP ATUAGANGA

Kaujisiutik

Sollu annait imialuttomakattapata nutagatsakadlutik — piluattukullu imigaluadlalignik — anajanam-magigajattuk nutagangit inoligajanninginnik Kagitaujallutollutik ammalu allat asingitigut timingita.

Nutagatsak Imialummut

Sukkogutitauninga (FASD)¹

FASD sakititsisok sunatuinnanik attuilkasonnik kinatuinnamut imaluttomajumut nutagatsakadlutik. Tamakkua attuisot timinginnik, isumanginnik, piusinginnik amma iligunnasianginimmik, sollu inosinga

*Tamanna sikumiutik taimâk
nutagatsamut imialummut
sujaugiallagunnangituk.
Ajuttak 'akkitaugianga'
'akkigianga' — lonet*

nadlugu agviasonnik.

Unuttumaget pijauttailigutet ammalu kaujittainnasiutet takunnâluakattatut sunagalannik ukununga sollu: “*Tamna kisimi piusik pijauttailigiamut FASD-mut imâk pitsalik annak nalukkunagu kaujimatsialuni imialuttumagiaknginimminik.*” Tukinikatillugu tamanna, ajunnangiunitsaujattuk ukatuinnalugu pigasuannikut, sollulu unuttugalait asingit pimmagiujut nalâgut

isumagijaukkudlugit.

- Ilangit annait ajuttut nukkagiamik imigiamut ugvalu atunnimik ijalukannik allât kaujimat-siamagidlutik ânninatunimik piguvalliajumut nutagatsaminut;
- Kimiggunik kaujinnatuk tamakkua annait pitakaligetut FASD — mut attutausimajumik ilimanaluajullu pitâgianginnik asianik amma
- Tamânguluak, taipsumani annait nukkauringipata imialummik allât ukautijausimagaludlutik imikkunagit, kokattavugut mingugid-lugu ugvalu kitsanikkut tamakkua pidlugit,

When supported rather than judged, there is a much greater chance that moms to be will stop drinking.

Igvit isumagijattit ikajugajakkotut tamakku-ninga imiluadlaniangimata nukkagajam-mangâtalonnit, amma kaujitsigajakkutit kaujimajannik ikajusonik ikajuniagattigik inosikatsiajumik nutagakasonguniammata. Taimâk, gumavugut tunitsiniagavit uminga ikajusomik kaujisautimik asinginnut igvit nunalitukauvinni.

1. Nutagatsak Imialummut Pijausimajuk — Tamatsumungalu Isumagijaukkudlugit. Nutagatsak Imialummut Pijausimajuk (FAS), Nutagatsak Imialummut Pijunnasianginingit (FAE), Imialummut Inolimmat Ilupsikatsiangininga (ARBD), Imialummut Kagitallusisimajuk Piguvalliadluni (ARND), Nutagatsak Imialummut Pijausimajuk — Tamatsumungalu Isumagijaukkudlugit (FAS-R) amma asingit tajjaukkattanginitsait tukingit.





*Tugâgutivut tapsumunga
workshopimut ikajugumadluta
ilinnik pivalliatitsigiamut
isumajâgutitsauluattunik mit-
sânut kanuk ikajugajamman-
gata tamakkuninga annanik
ilanginnilu igvit nammininni
nunalitukauvinni.*

Workshopimut Tugâgutingit

Una ilinniagiallanik pivalliatitausimajuk pigumadluni:

- tukisigiamut imminik ikajuttiugiamut: summat ikajukattamangâta; isumagijavut amma kaujimajavut mitsânut nukkaujigunnanginimik, piluadlanimik amma FASD; imminik pisimajavut, ippiniannivut sikkititsisimajullu;
- kimiggulugit kaujisautituinnait mitsânut FASD amma sukattamangâta;
- kaujinnik asinginnik ijalukannik amma sukattaningit tapsumunga inolismangitumut nutagatsamut;
- ililluni mitsanut ijalukak ukalautigillugulu ilangit summat annait imigainnamangâta nutagatsakadlutik;
- ililluni piusituinnanik ikajusonik annanut imigajunut (ugvalu ukumaitsajunut asingitigut ijalukait;
- akkisuinilu igvit nammininni nunami sunait ikajunnimut pigiasijausongummangâta tamakkununga annanut ilimagjajunut, amma sunait suiagjajugajammangâta piunippâkut amma
- pivalliautitsanik imminut atuinnguttisigiamik

Sugajakkinga...

...ikajugiamut pivallititsigiamik ikajuttisannik annanut nunanne?

kinakkunikkua inuit nunanni

ikajugajattut uvanneng?





UVLUMI SIVULLIPAMI KATIMAUTITSAIT

Paitsijiup Imminut-Malugijangit

FASD Pilllugit

Ijalukait-SuKattaningit Nutagannik

Atuluadlanik

Kuatsanganik

Puigukkananga...Kimiggunik paginamik





Paitsijiup Imminut- Malugijangit

Pitakavuk unuttumagikut summat inuit ikajugumalimmata asimminik. Ilangani, ukumaitsakakattavugut namminik amma akkiniadluta, amma ikajugumadluta asittinik kaujimakkudlugit tamakkua piusigijaukattatut asiangutitausongunningit. Ilangani, ikajukattavugut imminik ikajugatta asittinik. Ilangani, takusimavugut omatittinik ilattinik siunniutillugit. Kaujijattigut, pigiasiniadluta ippiniannimik, nalunnangitunik, amma isumakalilluta ikajusonik.

Isumagillugit tamakkua apitsotet amma igvit namminik atugumajattit ikajugamut. Ukaudjilutit kiugutinikk kinamukkiak.

1. Summat ikajugumavinga?
2. Sunakkut kaujimavinga imialuk pillugo?
3. Kanungikkua namminika (ugvalu asika) kaujimajon imialummik atuluadlagama pilaum-mangât uvannon?
4. Kanullu ippiniavinga mitsanut annait imikat-tatunon allât nutagatsakagaluagameng?
5. 6. Sunialigama takuguma nutagatsalimmik annamik suli imigatsainatillugu?

Ukalakatigennik pillugit isumagijattit

Sunainikkua kamagijausot mitsanut annait imikat-tatut atukattatullu nutagatsakadluting?

Sunanik kaujimavinga mitsanut atuluadlanium?

FASD Pillugit

Susongummangat

- Tamna imialuk nutagatsaliup annaup imijan-ga aisok nutaganganut;
- Tamna imialuk pinnisok kangasotinginnik nutagatsaup timingani amma attuisok pigu-vallianinganik nutagatsangata.
- Sutagga kagitanga piguvalliasainamat nuta-gatsakadluni, ilimanammagittuk amma
- Imigaluadlanik kappianannipâk ininikut, sutagga imialukaluadlamat annaup amma nutagatsaup timingani, akunialummagik.

Pasijausot pillugu FASD nâllugu inoninga

- Sukkainitsaulimmat isumanga piguvalliadluni amma iligunnasiagani unuttukut;
- Ukumaitsanik tukisigiamut sakkimata piusingit ugvalu ikkaumagasuanikut sivungani amma atuinnguttigiamut;
- Kaujimatsainginik ugvalu asimmineligami piusilukannik, ukumaitsanik ilannâtagiamut;
- Ikkaumagunnasianginik;
- Ukumaitsanik tukisigiamut sunait anajalim-mata ilimanalimmangâtalû;
- Upalunnik ugvalu ukumaitsanik ukalasongu-giamut;
- Tusâtsiagunnangituk;





- Ukumaitsanik tukisigiamut sidontimik kenaujanillu amma
- Ukumaitsadluni sugiamut ippiniagusimminik kongaligamillu.

kinakkut FASD-mut attutaumajut sollu kaujijau-gajattut sollu pilukattiuningit ilinniavimmi amma nunammini. Tamakkua ajunnangimagidlutik pikkujausot asinginnut pillutik pikkujaungitunik. Pilukasi-mannigattaunialidlutik policikkunut. Ajudlutillu suliatsatâgiamut, amma angiggakagunnaidlutik. Pigiasigajattulu sollu ijalukattuluadlalillutik. Ukumait-sagajattulu kitsaluadlaligunik ugvalu isumallutujulillutik sutagga ukumaitsaluadlaligamik inosigilittamini.

Kaujijauningit

Umunga apugamik, kaujisautimmaget kamagijaujut-sait ânniasiutimmut, tamakkua kamasongummata anânangata piusigisimajanginnut atuttausonut imi-gasimanginga amma kimigguluni sugusimmik nalunan-gitunik pijausimanginga FASD-mut. Sollu tamammik tamânepanik, tamna sugusik kaujiniadlugu FASD-ninganik. Uttukatajukavullu mâna asingitigut piusikadlutik kaujivalligiagasuamut.

Ejalukammut-Pijausimajut Nutagait

Ilonnata kaujimavugut nutagatsak sakkittaummat imialummut pijausok FASD-mut. Taimaigaluatillu-guli, asingit ejalukait amma pinnisot inulisimangitu-mik sui nutaganik:

- Ejalukait sollu cocaine amma crystal meth attuisot kagitammik piusingagut inuit akuniu-lungituk ippiniatsigiamut, aingadluni kagita-mmut asiangutitsidluni tasiudlugu piluadla-songunimmut;

- Iluingadlugit tapsuma anânangata iliukkajangit timimminut kaujijausok pivallianinganut nutagatsanga;
- Piluadlataukattatut ejalukait tikisok nutaganut attutausimappata inuligamik amma sakkittitsidlutik asinginnik ukumaittunik;
- Annait unuttukut isumajâgutilet ammalu kianginnadlutillu sollu atukattatut imialum-mik amma asinginnik ejalukannik, tammadlu-tik uttugamik kanuittailigasuamut.

Tubalukak

Taipsumani anânait sikarelimmata tubalukammik nutagatsakadlutik, nutagangit ukumainginitsaugajattut inoligamik, taimâk aingagajattuk inosikatsiangigiamut ummatainanniminit. Immakallu malunna-galâlluni kingungani ilinnianinganut.

Ukua pigutsialukait

Crack cocaineujâttuk. Tamammik piluadlataujut-saungitok amma anajanammagitok sikumitsigiangit nutagatsamik ugvalu tagvainauluak ommatitsisok.

Cocaine nutagangit piusikasot:

- Sollu inoligamik ukumainginitsausot, taimâk anajananalidlutik tukukalagiamut, kanim-masinnut, amma pigunnagatillu sollu
- anajanalualidlutik ommagamik ajudlutik sunanik amma kamagijaudluni ommakatin-nagu ommatillusinninga;
- anajanaluadluni ommakatin-nagu ommatillu-simmat;
- ilupsikalluni mikiluamik niakukalluni amma kagitakalluni
- inoligajammijullu atugumatsainadluni cocaine-mik.



UVLUMI SIVULLIPAMI KATIMAUTITSAIT



Sutagga atugumatsainagiak cocaine-mik, inoligami tamakkua nutagait paffingusâdlasot kuatsangadlutilu, sinigiamut amâmagunnasiagatilu. Kimiggunik immaka mannakut takutitsiniattut unuttunik pimmagiujunik akuniuluak- atusonik mitsanut ilisagainnimut, tusâl-luamut, iligiamut pusinganullu.

Ejalukak (kaujimajauluattuk sollu Meth tuavigiallatitsisok, pigiasitsisok, killâlajuk, nalaujaudlunilu)

Atuluadlanik pigiasisok tuaviuluak tapsumunga meth-mut asinginnit nallianilonnet kaujimangitut ijalukammik taimâk pisonik. Tamakkunani nutagatsalinni annani. Nutagatsait pigugunnasiangit, amma kingullia atajuk sakkuigajammijuk. Nutagainikkua anajanam-magimetut sivungani inoligamik amma ukumainginit-saugajagamik. Anajanammagidlutilu ommagiamut pigunnasiagatik omingalulu ajuligajattuk.

Tobaku

Sikarettunik nutagatsakadluni anittigitsiagunnangit-sisok amma aijanningit niket nutagammut. Annait anajanaluaattut asiujigiamut nutagatsaminik ugvalu tukungajumik nutagattâgajattut. Nutagait anajanaluaagajattut sivunganiuluak ugvalu ukumainningit namagajangit. Suguset anângit sikarekattapata nutagatsakadlutik anajanammeluagajattut ukununga Tagvainak Tukunnimut Nutagak (Sudden Infant Death Syndrome), sikkainitsauluni ilisagaigiamut, Nâlatsiagunnagani (Attention Deficit Disorder,) amma anittigigunnasiagani.

Ejatsakagiannik amma pisijautuinnagialet ejait

Annianimmud ejait pitagiallakatillugit codeine-mik âniananginitsamik, pikujausot sukkailititsisongumatta

kamatsiagit maligatsakut, allatausimangitunik-âniasiuatimut ejalukautillugit. Unuttuni pisimajuni, kaujimalungilagut mitsanut sugajammangâta nutagammut.

Ejak Tylenol sollu kanuikkongituk, kita Aspirin, Advil, Motrin amma Aleve atuttailil-lugit. Nânnut atuttausot sollu Tums amma Maalox kanuikkongimijut. Anagaluadlanim-mut ejait sollu Kaopectate kanuingituk sutagga kangikattamat kingullianik nutagaup; kitalu Pepto-Bismol, Imodium amma Lomotil atut-taujutsaungituk.

Every medication that passes through the placenta goes into the baby's body.

timinganetunik amma kipitsiutet atuttaukujaungit annanut nutagatsalinnut. Ilangit tamakua ejalukait atugumajauluadlasot sollu tigujauluadlakattagunik ugvalu akunialuk. Tamakkua amma atugajattangit piguvallianinganut nutagatsak.

“Sugusiga FASD-lik”

Ikkaumalauullavut inonigjjanga anânangata sugusiga pitakmmat FASD-mik.

Sunainikkua sollu ingulannagoten anânammun?





Sunakktu pinnigajaton tamakkua ingulannaguten umanningani?

Sunanik pigajakkita ajunnanginitsauniammat pijausi-manninganun?

- **Timimmut:** Tâмна timik sakkitsikattatuk akigattusonik ejalukannut — pikkujidluni kinamik atukkudlugit piluaniammat pigumajanganik atusomik (sungiluamik ‘kuviasuluadlagiamut’ kimailuni). Kanga pigumajanga ajuppat, timingata pigumanimmut ippinianinga kaujitsianiadluni. Tamakkua ilalet kongainnanimmik, utakkingunimmik sollu ipit-sainalidluni, takujojakattalidluni, amma kaujimangikattadlunilu.

Ikajuttigenik Isumagijamminik

Summanuna annak ejalukattomakattatong ugvalu imialummik sulit nutagatsakadlune?

Atuluadlataukattatut

Sunainna Imialong ugvalu Ejalukak Atuluadlataukattatong?

Suli sunaummangât tukittâtaungituk sutagga unuttunik adjigengitunik ilupsikammata sunait atuttauloadlakattatut, amma nalliangutsiamangât pasijaujuk. Angiutaukattatogaluak tamna atuttauloadlakattatut una, “*tapsumingatuak pigumamaginnik amma imialut-tomagiak ugvalu ejalukannik allât taipsumani kina kaujigami pimmagittumik inosingatsianinga amma inokattimmini sakkiviukallagamik.*”

Sunaummangâta Atuluadlanivut

- **Isumajânnimmut:** Kinatuinnak ippinialigami pigiannimmut imialummik ugvalu ejalukammik isumajâluadliligami amma sakkiviugami inonimmini, allât taipsumani atudlutik ejalukannik pasigidlugu piluatumik ukumainnatunut inosimmini.

“Ommatigauna takugiamut ilonnânga inosikatsiatillugit sugusikka. Suli kainingitualuk aigiamut pijauttailigiamik FASD-mut uvagut Inuit nunalitukauvittini.”

—Lizzie Ningiuruvik

Pasiutigikattatavut Atuluadlanimut

Kaujimangilagut nalagut summat ilangit inuit imilut-tomagiasimmata amma asinginnik ejalukannik amma ajulikattaningit ukumaittut sollu asingit taimâk pikattatinnagit, allât piusikagaluammata sollu taimat-sainagalak.



UVLUMI SIVULLIPAMI KATIMAUTITSAIT



Kimiggunik mâna takunnatuk tamakkua ukumaïttut ilingajojattut sunatuinnanut:

- **Sunatuinnait:** Ilangit inop kagitaujangata pitangit ugvalu nutagatsaup nallianingagut piusingit piguvallainikagajattuk sollu piguvalladlutik sakkiviummata nallianituinnak.
- **Ilinnianiik:** Inuit ilisot imigiamut inosilukannikut piusikadlutik sutagga asingillu ilagetuinnadlutik (ilannâgedlutik ilagetuinnadlutillonet) pikattatut, ugvalu kaujisot tamakkua imialuit ejalukaïllonet ikajusongunningit kanuinginit-sauniamat ukumaigijangit amma nammaginitaminik ippinialimmat.
- **Nigiugiluakattatangit:** Isumagidlugu imâk, “Ajuligakku iminniga”, ugvalu isumagilittaga imâk, “Tugâjaga imigaligama amainiannimut”, ugvalu ippiniadlunga, imialuk puigutitsikattatuk uvannik ukumainnikajunga”.

Kuatsanganik

kappiasunninginna sollu kappiasuligami pijaukâdluni isumajâluadlaligamillu. kappiasulinnik sivullipâmik pijaugami ugvalu asinginni pijausimaguni kanganiutinnak inosimmini amma pijaukattaninginnut kinguvâgijangit.

Taipsumani pijaugami, pilukattausimajuk sugiallagunnangitaisok pijaugami asimminut. kappiasunnik sugiallagunnangisok , atagiamut tukegutidlutillu inosimmini.

Isumammigut Kuatsanganik

Isumammigut kappiasunnik pikattatuk sollu motakâkut pijaugamik pijakkumiungituk, ikijukammat, timimmigut pilukattaugamik, kappiasâttauligamik ugvalu kappiasudlutik pijaugiamut, ugvalu asiujigamik sugusimminik ugvalu ilamminillonet.

“Uppinikavunga tamna Nutagatsak Imialummut Sukkugutitauninga ilinniagutitsanik sivulliutitaukkujajut Inuit nunalitikauvinginni. Pinasokolauttut jaret ugvalu sitamait kinguvâvut annait tunitsiviuasimajut adjigengitunik kaujisautinnik inutukaujunit, inosikatsainimmut kivakatut-tinit amma ilannânginnit kanuk imialuk attuisongumangât uvagut inolingitunik sugusittinik.”

—Pelagie Sharpe

Ammalu ilangani unijauluadlanimut, kipattaugamik ilamminut amma/ ugvalu nunammunit, ungtanimut, ajutsaluadlaligamik, sunaigutigamik, ikkagijaugunnaigamik, amma piungisâttaunikut.

kappiasânnik nammatukut kamagijaungipat

Ukumaitsaluadlanimut Tikisok (PTSD).

Pingasut sunaummangâta PTSD-mut ukua:

- Tamanna kappiasunnik piluakattatuk isumajâluadlalimmat kina. Sollu, kina kitsautigit-sainataminik ikkaumadluni sollu takunnâjotalidluni, isumajâdluni, sollu atutaujojanimmik ugvalu ippiniagijangit
- kinatuinnak sollu kivianguasukattatogaluak sunanik mitsânongajunik kappiagijanginut.





Sollu isumagijangit, ippiniagijangit ugvalu ukâlautigijaujut mitsanut kappiagijangit.

- Tamât amma sakkisainatut sunait sollu sini-gasuannik sininnilonnit; paffisattaunik; kokallanik; nalatsiagunnainik; ippiniatsainik sollu atuinnaugiakainagiamut sunamukkiak piungitummagimmut; amma nammangitumut amma tagvainak kuatsâgiamut ugvalu kiasâdlagiamut;

Ilangit kangiutisimajut kappiagijamminik kaujimatsiamagidlutik atukattatut sollu ilanginnik kappiagisimajamminik ijsimattojadlugit. Sollu taimatsainak atu-jangit ilalet anajalittilugit, kajusiutigigajadlugit piusikalidluni. Sollu pingualidlugit ‘chicken’ tut sikidukkoligamik, avigadlugit, otattisinik ugvalu kilidlutik imminik, kâidlutik imminik, nammangitukkut aip-pakadlutik, pâgiamut, ugvalu piusilukannik piusikadlutik anajanammagilidlutik kaujijaugiamut.

Tamakkua piusigilittangit ikajuttausot kisiani tamna kângiutisimappat pigiasillunilu nutânik tukisialippat tamakkuninga silatsuamettunik. Inuit aikattatut pidlugit kappiagisimajangit ilisimagajakkongituk pisongugiamik ilupsigilittaminik ikajugajanninginnut adjigetillugit kunguvanelittut kajusimangalualilluni mânnatut. Tamâgalak inuit usingaluadlatut kappisossimannimik ikkaumaluadladluni pivalliagunnganilu pisomminik imminik-akkivalliagasuamut

Tamakkununa Ikajuttinut

Sigullimik, kappianilik kina unikâjutsaugaluak sujausimanimminik, sollu ukinnisaugajammat ikkaumajâlumminik. Tapsumunga tukisiatsiajumut amma tusâtsiasomut, aivallialunilu tatigivallialugu ippigusullunilu kanuinginimminik. Taimâk ikajutti tasiunialilluni kappiasujumik pivalliagiamut kanuigani amma sun-

gajukkulu ippinialuanialimmat. Pimmagiuvullu tamna ikajuttet tukisiatsiakullugit, malugillugillu amma ikajutsialutik kappiagijanginnut ukajudjujukalimmat.

Ikajuttigetsialutik Isumakatigennimut

Kanungikkua inuit ikajuluasot tutsimanimon amma ukumaitsalimmata?

Kanuk sivuppiavallianialigattâ?

Suliakagiak FASD sulianginnut katimattanginni pivitsatitsimagikattatuk uvannut ilinni-atitsidluni uvannik amma ikajunimmut inunnik taipsumanitsainak, kaujigiallagasuamut kaujimaligettanik sivuninni mitsânut suliakaligama.

—Sue Qitsualak

Kappiangaluadlanik

Kappiangaluadlaninginna siunniutitsisok sunamukkiak pijajukamat asinnut. kappianattuk sakkimat asianut kinammut piungilititsisok tusattaugami pijausimanninga amma tusattut ippinialialidlutik pikatagiasidlutillu namminik isumagijamminik.





EKAILLISAK

PIUSET TAMATSUMUNGA KAPPIANGALU-
ADLANIMMUT (VT) SAKKIMAT UVAGUT
INOSITTINI

Una apitsotik ilinnut namminnut kauji-
sautitsait. Ukaudjingikaluaguvit igvit asinnik
kiuguvit. Ilai atuallugit. kiullugu apitsotik
numaranga akunganetillugu I amma IO.

Atausik tukilik "tamna" amma "senak tuki-
lik "tamnaungituk".

Allaniallutillu mitsanut igvit kiugutinut
aippailu. katitsutaummata igvit VT level
uvlume; — aippangani uvlumi sollu asitsia-
magianik score-milutit.

Sunaumangât kaujigumammaginiallillutit
numaranginnik igvit uvlumi. *Tiguanguna
Pearlman & Saavitne (1996)-mit*

1. Ippiniavinga kanuingimagingineng?
2. Ippiniavinga nalligijakka kanuinginingin-
neng?
3. Ippiniagajakkinga pisittotiginnanga
immineng?
4. Uppinikavinga asikka amma kangugijau-
gajammijon?
5. Uppinikavinga tatikagiamut uvak kaju-
siutigijanneng?
6. Uppivinga tatikagiamut ugvalu ikajuttau-
gumanimmu asinnon?
- 7 Uppivinga kamajujunga namminimma
inoninganon?
8. Uppivinga piujukku inotogiamik uvan-
non?
9. Uppivinga sanillikagiamut asineng?

Igvit pijagejatit takutsait mânnamut kanuk
pilimmangât isumagilittait. Takutitsujuk
uvagut ilonnata siunniusongujugut piluat-
tukut puluangitukulonnet pijaugutigisima-
jattinut kappiasulidluta, amma tamakkua
piguvalliasot sunaugatillonet isumagidlugu
piusivut, inosikatsianivut, amma namminik
pasigijavut.

Kamannivut kappiagiluadlagutigisi- majatinik

kappiagiluadlasimajavut (VT) kanuikattangituk kam-
agitsiatuaguttigik, ilaukataunnik pigalanguagiamut,
amma 'kimaikallanik' pigalanguagittunimut sollu tut-
siagalagiak, mitsunguak, atuatsinik amma tauttutân-
guagiattuluni.

Tamna ABC-ip Ikajusok Tullimainnaga- suangimut umangat VT-kut

Malugusullutit

Kaujimallugit namminik sunguninnut sunguninginullu.
kamatsialutit ilonnainik malugijannik amma kauji-
siutigijannik. Utittalutit isumagijannut pigumajannulu

Adjigettilugit

Ilautsainalutit ilonnainut pigalanguajannut: suliak,
pinguanik amma kikak. Adjigettilugit suliaigialittit
uvlume asiangutillugu igvit suliaigialittit.

Atattisinik

Atattisinik imminik sollu asittit amma, atattilutit
sunamukkiak puttunitsamut. Sikumillugu tusâtsaun-
gituk ijisimajuk ânniagaluk.





*Ilillugu asianut tamna Kulaliumannik
VT-kut*

1. Tâмна kulaliumannik VT-kut ajunnanginit-sausok taipsumani kina nagvamat nutamik tukilimmik inonimmini. Kaujigavit sunamik pidlutit uvlutamat nalunangituk, asiagut takutsaunialidluni.
2. Salagigasuallugit akunialuk-tigumiajattit isumajâgutlukait. Tukilen?
Isumagituinnatatten?
Ukâlautigijautuinnaton?
3. Ilaukattalutit sugalanguatunut piunitsauni-ammata inosingit asippit.

*Tiguat kaujisautinginnit ukunangat
Maureen McEvoy, M.A.*

*Ikajuttet nukkanagalajutsait
kamatsiagiamut imminik.
Sikkuilugu nukkanagun-
nanginet pigilunginanni.*

**Puigukkananga...
Allalugit Uvannut**

1. Sunait ilijakka ikajuttiuninnik pillugit

2. Sunait ilijakka mitsanut FASD

3. Uvlumi ijukkauvunga taipsumani

4. Apitsotitsaka

- 5 Kanuk ilaukkaumangâmma uvlumi





UVLOP AIPPANGANI KATIMAUTAUKAUJUT

Salakkumautet FASD-mit

Inuit Kanotigijangit

Piuset kiugutingillu

Maggok itsasiugutek Akkivallinimmut

12 majotikut suliak

Anniagutiunginitsak

Ikajuttiunik

Pivallianik Katangutittagiamut

Puigukkananga...Atugiallalugu Pagina



UVLOP AIPPANGANI KATIMAUTAUKAJUT

12



Salakkumiutet FASD-mik

Pigalannik

Avillusi pingasuttut. Tamatsi ilaget atusot uminga paginamik kaujigasuamut salakumiutannik sakkittausimajunik FASD-mut kinamut tugâtillogu, ilannut nunalitukajunnulu.

Immigolingajut

Ilanget

Nunalitukak

*Ukautillugit isumagijatit
tamakkununga iligenut.*





Inuit Kanutogiluattangitt: Sunainikkua Inutukait Uppigiluatangen?

Tagva ukua ilangit isumagijait tamakkunangat
Inutukaujunit mitsanut kanuk inotsiangugiamut
inunnut, ikajugiamut, ikajutsainagiamut.²

*“...unikkausenikkua atuttausainalauttut tiliugiligamik
kinatuinnanik kangusutsiagiamut inunnik pikakangilu-
apata ilinnit; kinakomangatalonet...ilonnatik taimat-
sainak pijaugialet sollu kinamut amma sunaligijium-
mangatalu”*

“kaujittillugit ikkagijaitit; taimâk tusagumammata.”

*“Inuit tiliuttataulauttut kimaikkunagit sanianit asingi-
ta inuit, pulagiafigikattalugit, ikajullugit, amma ukala-
katigillugit sunanut mitsânut.”*

*“Akigattungimagillutit kinamik, ikajullutit ikajuttaugu-
majumut, kimailautsimanak kinamik ippiniajumik
sunaunginimmut, ukalautikalunnak mitsanut asippit,
akigattulautsimanagillu.”*

*“gumannik ukalautaulauttut uvattinut, gumallutit
sunatuinnakut.”*

*“Allât kanga inuit ittugummata ningiugummatalon-
net, agviajukangilak piusivallianitsamut.”*

*“Kinijutsauvugut pivalliatitsisomik. . . Sollu tusagu-
nik taimak pigiasigajattut uppinimmik piujonniminik
pisongunimminillu.”*

*“Atataga ukalauttuk ajulilautsimanak allât isuma-
kaliguvit katangalualdlittutit, uttusainagit, ajulituin-
nangikuvit tikiniagavit. Taimâk kisiani aisonguniagav-
it namut.”*

*“Ukautillugit taimatsainak piusiuniangituk, asiangun-
iattunikua. Asianginna tikiniattuk. Ukautillugit kaju-
simallutit asia kainiammat.”*

*“Allât sollu tusagutta sunamik piujongitumik kina-
mut, tagvainak kajusiutigillugit. Uvagut kisiani
ilisonguvugut tammautigi kattatattinit.”*

*“Ukautijaulaukkunga kajusiutikagiamik kinamut
ugvalu ukallunga piujualuk piungitaulommangâl-
lonet.”*

*“Ikkaumagasuallutit piujunik pisongunningit mitsanut
inuit, ilonnatingikua piungitolungit.”*

2. Ukua pijut sulianganit Ajunnginiq Centre of The National Aboriginal Health Organization katimmata Inutukait' isumagijanginnit mitsanut iminik inuakattatimit pittailiniammata amma allanit adjigengitunit siagu piusiukattalauttunit kaujimajanginnit, suiagijausimajuk Nunavut Arctic Collegenganit.



UVLOP AIPPANGANI KATIMAUTAUKAUJUT

14



Sunainikkua ikkanattut utikattaton tamakkunangat isumagijaujuning?

Tamakkua ikkagijait atutton uvlume?

Nallia ikkanattuk ilinnut pimmagiuluattong?

Kanuk tamakkua ikkanatut nammaton isumagillugit ikajugiamut annanik anajagjauluattuning?

Piuset Atuttausollu — Maggok Itsagijausok Akkivallianimmut

Suvailfait Pivallianimmut Suliat

Una piusik pivallianimmut tungajuk kinaup ippigijangagut taimak annak ikajuttauniammat âmainganiangimat/salumalluni ikajuttauluni asimminut taimat-sainak ukumainikajumut, amma pilluni ukuninga:

- Amaingalugani ugvalu atugani ejalukannik
- Ilautsainaluni katimajunut, alât uvlutamân-gugaluappat
- Upinikalluni Pitsatunikaluaattumik
- Kaujillutit imminik tamna piusivallianik piluadlakattanimit pijuk inonnikut atut-sainanimmik
- Nagvalutit ikajuttimik "kenaujakut ikajuttimik" suliakadluni tamatumona suvailfatigut pivalliagutikut. Tamna kenaujakut akilekattatuk kina annamut kallikattatanga sollu ippinialiguni utililigenniminik sollu.
- Atuatsialuni atuttusomik allamik amma atulugit suvailfait pivalliagutet allait, ataatsikâllugit

*“Una ukâlautigijak **pimma-giujuk**. FASD ajuttak aittutautailigiamut kisiani uvagut suliakatigetsiagutta, piujukkut amma kangusunikkut annanik anajanattunik, ikajugumallugit tamakkua nukkagiangit imialummik.”*

—Marja Korhonen





- akilittutaugani suliakalluni tamakkununga suvailfanut katutjikatigeni (sollu katimatitsigiamut, ilipsiluni atuagannut, amma ikajulluni ilagegumajukalippat inunnik akkivallialiguni.)

Pijauttailinitsaugutik —

Akkisuinnik Atuinnaguttigiamut

Tugagutik tapsumunga piusigijaugumajumut pijauttaililuadlakattaniangimat pasidlugu imialuk ugvalu ejalukait mitsanut nutagatsak amma anânganut.

Piunippângugajattuk nukkaujinik-tamna tukilik tamna anânak imialuttomagunnailuni ugvalu ejalukannik ilonnainik nukkaujilluni. Una piunippâk pijauttailinitsaugiamut. Taimaigaluattiluguli, immaka nukkaujituinnagumagajangituk imialummik ejalukannilonnat ahatsiamagik. kitali pijaukattaninga nutagatsanganullu piunitsaugajattuk sollu nukkaujilugajapat.

kinalonnet sugiallagunnailuni asiangutitausok kisiani asiangugumappata. Sollu sugiallugunnailuni pikkujauppat, kimaituinnagajattuk ilinnit.

Kinatuinnanginna sollu asiagut pigajattuk sollu kajungaligunik tamâk pigumaligunik imminik.

kinaup pigumajangit amma tugagutingit taimaidlutik kangugijautsiagialet amma ikajullugit, allât sollu sunait piunippaumangâta. Sollu anânak asiagut pigumapat mikijumiugaluapat, tamanna piuluak sunaungitumit.

Una atuinnagutininik ikajusok kinamik pigiamut:

- kajusinimik asiangugiamut (sivupigutikut apitsutauguni);
- tukisialluni asiangunikut piusigijaugutinnik amma sunauniammangâta nigigiamut;
- tugâgutikalluni imiganginimut nalagutukut tapsumunga inosigilitanggut;
- tugâgutigillugu nukkaujigumanninga;
- atuinnaguttisilluni tikigiamut tugagutigijaminut;

- suliagillugit ukumaittut ikajusimappata imigianganut;
- ippinikalluni ikajuttaunimminik pivallianingitigut ilonnagut amma
- ippiniagaluappat piusigisimajammitut

Kaujiutik: Silatsuakut, ilonnagalattik ikajuttaunimut iningit amma suliagijait atutsiasot tamakkununga annanut mânna atukattalittut 'atuinnaguttigiamut' piusimik sutagga sollu atummagimmat unuttunut inunnut. Pivalliatitsisok inop namminik inosinganut amma sungunitsaugiamut amma pisongutigillugu. Pivalliatitsisok gumagiamut amma uppinnittâgiamut asiagut piusittâgiamik. Ikajudlunilu inunik tukisigiamut imminik amma imiganinginnut pasidlugit piunittisamik. Kaujittisot inunnik sunauluattunik pisomminik uvlutamât pikattatamigut kamadlutik namminik piusimminik.

Ukaudjuinik

Ukaudjuinik tukilik ukaudjuijugiamut ikajuttiugiamullu. Unuttumaget katutjikatigenet Canadalimâmi atugasijut ukaudjuijinnik suliakatikadlutik annanik anajagijaujunik FASD-kut sugusikajunik.

Ukaudjuinikkut Suliat

- ikajunnik;
- kangugitsialugit annaup pigumajangit;
- pivallianikkut suliakatigetsianik;
- ukaudjuijikallutik pulâgiagunik annanut angiganginnut ugvalu asinginnut ininnut aiviukkujanginnut annanut...suliakaffinganongiluak;
- ukaudjuijet ikajullutik annamik aisonguniammat asianut nunalimmut suliakadlutik amma
- ikajulluni annamik pivallianimmut imminik





UVLOP AIPPANGANI KATIMAUTAUKAUJUT

tugâgigumajanginnik.

Tamakkua tugâgutingit kimiggutaullutik tamât sitamait takket. Pivallianingit mikijut taimâk takut-sausongummata salagisimajanginnik. Pigiasitainnagamik, ukauđuji kamagiakammagimmjuk tapsuma annaup pigumajanginnik (aigiakalipat takugiattuluni Public Health), tavalu sukkaitumik annak pivallialuni sivupivallialunilu kamagisongugajammat namminik inosimminik.

Tapsuma ukauđujiup itsananga: kaujitsinialluni annamik ikajuttinut, ikajuttaugiamut kanuitsagunnailunilu, atusok 'tukilimmik' ikajuttaugiamut taipsumani ikajuttaugikalipat (ingigaugutsanganut, nikitsasiugiattulippalu.)

Ilonnatik ukauđujiup aikattatut asinginnut nunangita: kinijagiattudlutik annanik, aidlutik angiganginnut ugvalu namutuinnak aivigumajanginnut; sollu annak nukkatuinnapat katikatikagiamut ilinnik, nagvâgiattuguk...kaujitillugu tamânetsananiattutit;

Ukauđujienna ilagijait, tiliugijet, ilinniatitsijet, ukauđujiup, amma annaup kuvianannikut sivuppiagutunga.

agviataugak sunamullonet.

Ikajuttiusiangukiak

Piusikagiak ikajugiamut annamik, sivullipâmik pigialet kangugitsialugu, Kanuigilunnagu, katangutigetsialutillu.

Ukalautigetsiagutet iligeligutse:

Taipsumani apigiguvit ikajuttaugumanimut kinatuin-namit, sunaningikkua kinakut ikajuluason ikajugun-nangitullo?

Sunakut ippiniagusittit tukisinninganon?

Sunait ipiniagikattataten idluitsaligaven?

Kanuk aivigigajattait annak nunanitukauvine?





Kanuk apigigajattait attuikallasomik apigillugu mitsânut imialong ugvalu ejalukannik atukatnninga nutagatsakadlune?

Sunauva piunippak piusik ukautigumagunni kaujisautimmik mitsânut pinnimat imialong?

Nani piunippaugajatong ukalakatigegumaligunni?

Pivalliagutet Ilagetsiamut

IMANGUNGITUK

Akigattuk, annâtuk

Sâvigiva

Nalunaikutak
("imialuttiuvutit")

Idluatsak ukaujjuinillu

kappiasâllugu

Tugagutitsanik akkisuilutit

IMÂK

Niguminnik atilihailu

Unikâtiguk kaujimajammitut.

Kanuitsanak sunamik ukautippâtit.....angikatingikaluagunni isumakkut, taimak inosigimmauk unikkausigimmaulu

Pigiasillutit pigiasiutigijangagut sollu ukumaigijanga isumagiluttangalonet.

Kaujittillugu tusâjait atuinaujutillu ikajugiamut.

Kaujittillugu mitsanut attuimat imialuk tapsumunga nutagananullu sulunnak, ikajullugu nalâgoluak

Kaujimatsialutit pivitsakanninganik ilitsigiamut namminik tugagutigigumajamminik.... ilillagisimagami imminik....ikajuvutit malittautilutit

Kamagitsiasainakit sunguningit....ikajullugu takugianga pisogijamminik salakagiamut ukumaigijamminik, asiangugiak inogijamminik.....ikajusongudlunilu namminik.





UVLUNGATA PINGAJUANI KATIMAUTET

Ilimannatut Annait

Ukaudjuituinnanimmik

Itsasinnik Asianguciamut

Pivallianimmut Apitsunik

Ikajunnik Atuinnaguttigiamut

Kununnik Akigattunillonet

Ilisimallaginnikut amma Piusigigialingit

Puigukânanga... Kimiggulugu Pagina





Ilimannatut Annait

Kanulli pivalliatitisgajakken ilakatsiagamut ukuninga annanik tajjaujunik ukunani atuttaujune?

Jeanie ukajuk tâмна inunnik inosikatsia-ninginnut paitsiji ukautjisimanninga aik-kudlugu imikattatut kamagijaukattavinginnut sutagga nutagatsakammat imigakattamallu. Jeanie ukajuk ukumainnikanginimminik, imigalâtuinnakattatut ilangani, paffisâttaugumangitullu paitsijimmut aigami nutagatsalet workshopinganut.

Lucy ukajuk isumajâkattaninimminik imiludlakattaninimminik partijukalimmat amma kappiasujuk ânnegiamut nutagatsaminik. kitali ukadluni ajummaginnimminik nukkatuinnagamut...ilonnatik ilannângit imigakattatut amma taimatsainak pigumammijuk tamakkunanedluni. Ukammidluni ukumait-samaginnimminik nulittukutimmegut, imigatsainamat, amma taipsumani isumajâluadlaligami ilonnagut, iminnik ikajukattatuk puigugiamut mitsanut ukumaigijangit ippinianialidluni piuinitsamik akuniungitugalummat. Taimaidluni isumalik nukkaujituin-nanginimmut.

Kaujimagavit Mary imigannimut ukumait-samagittuk. Amaitsainatuk imigaffimegami, amma tattaikattadluni. Kaujittainnatuk wogituinnani nutagatsakannimminik suli nukkaujingituk. Unuttumaget Mary'p ilan-nângit ilangillu amma imigakattamijut, takualu ununningit ingulautikammagittut sutagga nâlagumangimat ukautimmut mitsanut FASD. Ukautigumajait imialum-mik aullaikattatong?

Itsasinguak

Avillugit iligennut pingasunut. Itsasinguaniallutik ukuninga...atausik sollu tamnauluni annak anajagi-jaujuk, aippanga ikajuttiutillugu, pingajua takunnâtu-inntillugu. kingulligellusi pikatalusi. Sunamik ukania-gaven pillutillonet, sollu ikajuttiulutit, tategivallialutit suliakatigetsialillutillu ilinnik takugiattusainaniaim-mat.

Ilagellutik Ukalakatigennik

Sollu 'annak'

Sukkauvâ ikajutten kanuinginitsauninnun, tukisigia-mut, idluigijaunitsait, asingitigullu?

Sunamik Isumakakkauven asiangutitaugajak-kaujuming?

Sollu ikajuttiudlutit

Suna ajunnamagiukkauvâ?





Suna isumagikkauvat asiangutitaugajakkaujong?

Sollu 'takunnatuinndlutit'

Sunait takunnâtuinnatut malugikkauvauk takut-sasiang?

Suna isumagikkauvat asiangutigiana?

Ilonnatik

Sunaukkauvat takutsasiat ilupsingen-sunait ilonnainut ikajunikakkauvat?

Suna isumagikkauvat asiangutigiana?

Ukaudjuinituinnak — katimat-tisinik asiangutitaimmat

Ukaudjuinituinnak ikajukattatuk ukunigalak ukuninga pivalliagutinik pisongudluni:

1. Ilagetsiagamut; tukisiakatigegiamut, kanuit-sagani tukisillunilu nakit inuk pilimmangât.
2. Tusâllutit — ukalattilugu mitsânut piusig-illittaminik. Kaujillugu tuinga tapsuma tukigimmauk.
3. Ikajullugu kajusiamut sunanik tamna asiangutigumajamminut — tugâgutimminik
4. Ikajullugu atuinnguttininga tikigiamut tugâgutimminut.
5. Ikajullugu tamauna apkutingagut.

Tamakkununga annanut anajanalinnut, atausik pim-magiunilik-amma ajunnanippâk — unaujuk ikajullugu nalugunnaininga pigumajamminik atugiallagumajam-minillu asiangutitsiluni piusigillittaminik.

Inuit asianguluakattangituk kisiani asiangu-gumaligamik ugvalu kaujidlatainnagamik piusukut asiangutiutsiajunik. Ilonnagalata uvagut sugiallagunnaidluta pititaukatta-vugut ugvalu ajauttaudluta asiangutigiamut piusigijattinik. Allât kaujimagalualduta ilu-agut ommativut asiangugumanimmik, sollu kununikadluta sollu kinakiak ukaudjimat uvattinik asiangugiakajugut. Kunukatta-vugut sutagga ippiniagatta idluatsataunim-mik ugvalu ukaudjutaulukannimik, ugvalu sutagga atuinnginatta, ugvalu kaujiman-gituinnagatta kanuk asiangugiamik.

Kaujitikatigekattalutik taipsumani kina ajaugasuammat asiangukullutit.

Kanuk ippiniakkauven? _____

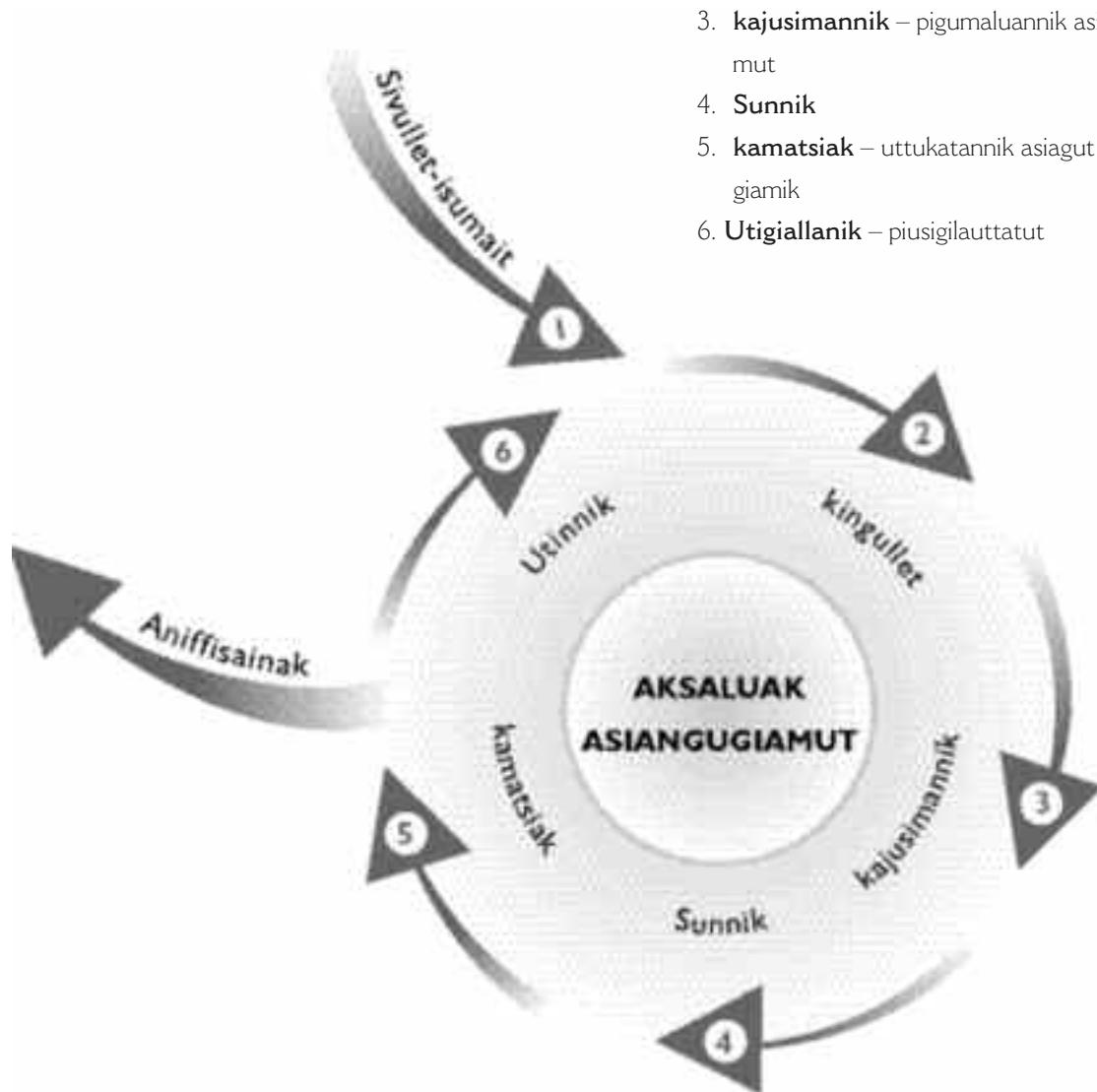
Kanuk pikkauven? _____





Itsagijausok Asianguwiamut — Saxet Asianguvalliagutet

1. **Pre-Contemplation** – awareness of need to change
2. **Isumajagutet** – isumagjait asingugiamut
3. **kajusimannik** – pigumaluannik asianguwiamut
4. **Sunnik**
5. **kamatsiak** – uttukatannik asiagut piusikugiamik
6. **Utigiallanik** – piusigilauttatut



Prochaska & DeClemente





Pivallianimmut Apitsunik

Pivallianimmut Apitsunik piusik ukalakagiamut inunnik taimak tiliugisongummat tamakkuninga isumakakku-lugit sulimmangâta, sujukalimmangâlu. Tiliugisok tamakkuninga tikiniammata kaujivalligiamut nam-minik kaujigiamut ukumaigijamminut ammalu sollu pikataligamik sunanik taimatsainaungituk. Amma-lugjak pivalliatitsisok gumagiamut uppingatalu inop **pivallianiammata** asiagut pisongulillutik.

Pivalliasonguniammat kinaup pivallianimmut asi-agut pisongulilluni, tamna ikajutti aukâtuinnalukatta-gani ugvalu kaujimatujoagasugillunilu, amma tukisi-malluni kinaup piusigijanganik. ketalu ikajutti malit-taunitsakatsialuni inummut isumakaniammat mit-sanut sugajanniminik piusilukakaguni, amma isumakakullugu asinginnik sakkigajattunik.

Tukisinnik tukilik tukisiagiamut kanuk tamna inuk ippinialimmangât, nakit pisimammangâta, sunanik isumakammangâta. Tamna ikajutti takutitsisok tuk-isinimminik tusâtsianimmigut sunamik ukâlautikalim-mangât amma ukautjisiadiadluni amma kaujimatujo-taililluni takutillugu tukisiagasuajait.

SOLLU UKUAGALAIT:

Annak: Ilannâka imigagiattugumatsainatut. Sollu ukautigasuagakkit aigumangitunga, kokattatut. Nâmmagilunginakku tamanna, ilautuinnalidlunga, amma imikatiginialid-lugit. Inutogumalunginama angiggame.

Ikajutti: Ajunnatuk aukâgiamik ilannânut.

Annak: Ukumaittukammagingilanga. Sollu imennalunginama tamât. Ilaukattadlunga ilannânut wogi nâningani, wogimi kanuikat-tangitunga, imikattangimagigama kanullonet. kitali kuviasugumakattagama nâningani woget.

Ikajutti: Tagga piluattuk ilakagiamut wogiup nâninginni, kuviasugasuamut.

Ikajunnik Atuinnaguttigiamut

- Tiliullugu sunanik summat asiagungâk pigiamut. (Aillutit kuligenut asiangugiamik amma piusivalliagiamut apitsutaugutet paginap aip-pangani)
- Ukautillugu kaujimajutonginikkut nalunangi-tunik mitsânut pijaugutinnik imialummut.
- Ukautillutit sunanik kanuk angitigijumik imikattatanginnik, pisigikattatanginnik imi-giasigami amma sunialimmangât imigami inosimmini.
- Sollu piniannimik (sollu) imittailigiamut mag-goni wogenni, kamagillugu kanuk ippinialim-mangât, sunamut pasidlimangât imigumatsu-aligami, kanuk pikattamangât nukkgaman-nimik imigiamut.





- Ikajullugu tugagutigigumaluattanganik, Isumagiluallugu, nutagatsakajunut annanut, tamna imminik pasitigigajangitanga. kita sollu annak imminik pasigajangituk nukkasiammagigiamut, ikajullugu tugagutitsanganut ununinginnik imigalimmat ununinginnulu. Sollu, kajusimaniattuk pingasunituinnak imil-luni uvlumi atusimi, kanitagetillugit sidontimi atausimi, amma kisiani wogiuþ nâningani.
- Ikajullugu pivalliagutinnik atuinnagutinnik pisoginiatanginnik, tiliugillugulu maligiakajanginnik tamât.
 - kamagitsialugit uvlutamat/wogik imilippat amma tugâgutigijanginnik (nalliagutuinnak imingipat, ugvalu atugialingitigut). kamagilugit uvluit imigangimat! Tamanna uiginmagittuk taipsumani kina takummat uvlukasomik imigangimagidluni.
 - Sollu kajusimaguni atuinnaunginimminik nukkamagigiamut, ikajullugu kanuk pigajammangât imigakattaningagut...akunngakalluni sidontinik taimkâk imigaluadlakattanangimat.
 - Ikajullugu asingitigut pisonguniammat kuvi-asugiamik silakkijalluni amma ilakagiamut ilannâminik: “Sungâgajakken kuviasunikkut asiagut imigannium?”
 - Ikajullugu atuinnaguttilugu asiagut tullimaniup, kitsaniup, kunganniup, paffisâtaunikut ilannâminit ugvalu aippaminit, amma asinginit ukumagijamminit ukasimammat sikkitsikattatunik imiganninganut: “kanga tamanna sakkimat, sunaunikkua asingitigut piuset kamagigiangit imiganniulungitong?”

- Ikajullugu kina uttusainagiamut kanuk ukagiamik auka taipsumane asimminut imigakkujauligame?

kajusiumanginik

Kungannilonnet

Kanuitsanginik konganimmik akigattunginimmilu, kita uigisâtitsigit isumagijammik.

Akigattulunnak tapsuminga sunamik ukappat annak, allât sollu pisimanginigâkauninga takutsasiamagimmik ukumaigjanganik. Sollu akigattuguvit nukkangikuvillu, singniginialillugu amma kiviatuinnanialluni ilinnit. Pingâllutit, kanuitsanginimmik ukajanginnik, tunitsivigillugit nalagottunik kaujisautinnik, ikajullutit asingitigut piuset, amma uttulutit piujukut isumaummigiallatillugillu.

SOLLU:

Annak: “Tusâgitt, Ingulavunga ukaujutautesainanimik mitsanut iminniup. Aullagialaugit.”

Ikajuttit: Ilâ, ukaujutautesainangugivunga amma. Ukâlautikalautta asinginnik pisugijattinik inosikatsiajumik nutagammik. Ukaudjulaunga mitsanut kamagigiamik imminik nutagtsakaliguvit. Apitsugumaven mitsanut sunamik atugiallagumajuten pigiamut sollu nigittlutit nammatunik ammalu kamagijaukattalutit asinginnulu? Sollu imâk, pilualut-tuk nigigiamut nammatumik. Kanuk kaujimaven mitsanut kamatsiagiamik immining nutagannulu? Ikajugajakagait kaujisiuttât-giallallutit pigumaligunni”

Annak: “Ila, kamagijaukattavunga kanuimangâmma, nigigasuakattavunga nammatumik, nigilukanniuluadlangituk, kita...uh... sunanik sulii kaujigiallagiakavinga?”





Pivallialugit kajusinganningit uppigi-jangillu tamakkaa pisugijangitigut namminik:

SOLLU:

Ikajutti: Pikagumaven inosikatsiajumik nutagatsagijanning amma inosikatsiajumik nutagammik taimaidlutit kamagitsiavutit immining. Ahâli. Tukilik igvit kaujigumajutit ilonnainik sollu. Kanuk mitsanut ukâlautigigajattavon kaujigumajanning pillugillu inosikatsiajumik nutagatsakaniagaven? Tunitsivigigajakkagit kaujisautinnik, amma takullugit sunagalannut pigumaguvit ugvalu atugjallagumaguvit asinginnik sunagalannik.”

Annak: “Ahaila, Nutagaina inosikatsiakujaga. Amma kaujimagivunga piunitsamik pigajattunga kita ajunnakattamat ilangani.”

Ikajutti: Ahaila, ila. kita pigiasigekkaujutit piujukut tumikkut. Suliakatigetsiagajakuguk taimâk pisunguniagavit pisongut-sianikkut.”

Taipsumani annak pivalliasimappat mikijogaluappat isumatsasilluni mitsanut asiagut, ikajugajattait pivalliagi-amut isumagijanginnit pisonguniammat.

Kaujimatujôjânnak sollu ukaguvit imâk “Nukkauji-giakavutit...” ugvalu “ Piungilititsilikkutit nutagan-nik”. Taijaugutittânagu ugvalu piusigijanga tai-jaugutinnik imak sollu ‘imigatti’ ugvalu ‘ imigat-sainatuk’. Aittutuinnauguk nalâgottunik kaujisautinnik atugjallagumajanginnik.

Pigiasiniallutillu apitsulugu apitsotinnik imâk: “Ilali, ukâlautikakkauvuguk mitsanut imigatsainanik tukikanninganik amma kanuk attuisongummangât nutagammik allât sollu iminginavit akuninit akunngani. Sollu ajunnapat nukkamagigiamut ilakaligavit ilannânik, isumaummigajakken tamât imittailigiamon ilagiliganni ilannâten?”

Kaujimallaginnik Sunaummangâtal

Piusikavuk nalunianginavit tapsuma inop pivitsakan-ningit kangugijaugiakajut. Pimmagiudlunilu kanuk ikajuliguni piusikagialik malilluni tamakkuninga mali-gannik kaujimallaginikut sunaummangâtal.

1. Pinak sunamillonet ânnilugu tamna inuk kanullonet.
2. Ajailunak igvit ivlinagasugiluattanik tapsu-munga inummut.
3. Ilanginni ukajudjuiligavit, kaujimallagittut ika-juttet pigiakangitut sakkittitsigiamik namminik ilannâkagiamut ikajuttaminik. Tamakkunani kaninginitsani nunalitukauvinni, tamna inuk ikajugasuattat immakâ ilannagijalli ugvalu katangutimmet. Sollu kina ilannagigunni, sanillet ugvalu katangutet, kamatsialuakat-talutit ikajuttiuliguvet. Ikajutti:
 - a. KANGALLONET nulittigillugu uikasuku-tigillugulonet ikajuttait.
 - b. Sunatuinnait ilonnatik ukajangit ikajujappit siammatittailillugit. Ukaunnak ilannânut, ilanginnut ugvalu asinginnut ikajuttet mit-sâgottunik ikajujappit piusigilittanginnik. Kaujitsigiattuguvit angajukkanut, ukautillugu kisiani kaujigiakatuinnatanginnik mit-sanut sulimmangâpit.



UVLUNGATA PINGAJUANI KATIMAUTET

26



- Sollu kaujjagaguvit mitsanut sugusim-
mik uivisättaujukanninganik, tamanna
kaujjak tunijaugjalik sugusinnik kamajin-
ut amma
- Sollu ikajuttait ukaujipat isumakalinni-
minik namminik inuagiamut, ugvalu
annigiamut imminik kanimmanattumik
ugvalu tukunnatumik ugvalu
- sollu ikajuttait ukaujipat isumakajuk
pinniagiamut asimminik kinamik.

Puigukânanga... Allanik Uvannut

1. Sunait ilikkauj akka uvlume

2. Ikkaumagumajakka

3. Uvlume ippiniagusikka

4. Isumagilittaka

5. Apitsotigigumajakka

6. Kauppat pigumavunga

Notes:





UVLOP SITAMANGANI KATIMAUTET

Sakkititsinik Nunattinit Ikajuttaugiamut

kaivallalugu Itsasiutik

Ikajullugit Ilaget

Ajuligiallanik

Imminik kamaginnik

Puigukrânanga...Kimiggulugu pagina



UVLOP SITAMANGANI KATIMAUTET



Sakkititsinik Nunattinit Ikajutaugiamut

Sunakava atuttausonguligetunuk uvak nunanne?

Sunainikku atugiiallagumajavon uvak nunanne?

Kanuk pivalliatitsigajakita ikajuttaugiamon?

Ikillugu Itsasiutik

kaivallalugu Itsasiutik uttutauluakattatuk uvagut nunalitikauvittini. Pidlutilu ilaget, ilinniavet, inutukait, amma asingit ikajuttet suliakatigetsiadlutik kanuit-tailinimmut, pitsianikkut avatikadlutik tamakkununga sugusinnut amma inosuttunut ananajanualimmata. Una taimaittuk atusongummijuk amma annanuk anajagijaulimmata.

Tapsumani Ikallugu Itsasiutik, atuinaguttitausi-majut suliajjajaujullu tugajut atugiiallagumajanganut kinamut. Tamna atuinaguttisimajuk akkisuttausi-majuk ukununga kaujimappat tapsuminga piunip-pâmik, ilagidlugit ilagijangit.

Tamna atuinnausik tukâjuk tamaita sungu-ninginnut, illigijangit, pigumajangit amma piusikagia-mullu ilamminetillugit. Una atuinagutik ilammined-luni pigumajanga. Tamna annak ilangillu pimmagi-jangit iligedlutik amma 'nammigimmagidlugu' atuin-naguttitausimajuk

Piusik Pijagemmagigiamut Ikillugu Piusigijanga

1. Ikillugu uttutaummat tungavikakattatut nunalitikauvimminut.
2. Suliat amma ikajunnet immingakattatut suliniammat atugiiallagumajangit kinamut ilanginnulu.
3. Piusigijanga kamatsianikkut atutaukattatuk ilaget ilusikutingitigut pivalliakattamalla ivligiluattamigut, sivullitigijangit amma sunguningit kinamut ilamminullu.
4. Kangatuinnamagik, ilagekatingit ilaukatau-kattatut pivallialimmata piusigijaujunik.
5. Ikillugu ilaget amma iliget tunitsiviukattatut atugatsanginnik atugiiallagumajanginnut.
6. Piusigijanga ilijaukattatuk ikajuttaudlunilu nammagijaujunut angajukânut, ilagenut, amma anginitsamut nunalitikauvimmi
7. Tamna Ikitsinik atuinaguttitausimajuk ilalik adjigeniammata suliajjajuummagittut (ânnia-siutinut kamagijaulimmata) amma nunali-tukauvinni ammalu ilagenut atuttaukat-taunut.
8. Ikajukattatut suliangit kamagialet tamât sunamullonet agviataugatik sujukatualippat.





Iliget

Iliugutilet: Ilagjautillugu 'ikajuttait', piuluangusok, tamakkua iliget pitakallutik one half ilisimallagittunik tamakkua atusongummata kaujisautituinnanik atutaugumalimmata amma ikajusongummata tamakkua ilisimallagittut ilangani kaujimalukattangimmata. Tamakkua ilisimallagittut iligejuni sollu ilakallutik ilausimajunik ugvalu kaujimajuk ilagijanginnik, ammalu kaujigumalimmata ilanginnik, ammalu sunguninginik, ilusitukaugijanginnik ammalu ivligijanginnilu ilagejuni.

Sukattanigut: Tamakkua pigiasisimajut kaivallainiup atuinnaulinninganik; atuinnaulidlutik pilukajukagajapat; ikajugiamut atuttausonik atuinnauguttitausimajuni; atusongulutik summagiungitunik summaginnilu ikajuttaugutinnik/atuttausongujunillu; kaujimallutik suliakajunik; uigivallialugit kamagiamullu sunatuinnanik; ikajullutik akunialuk imminik pigunnangitunik ilammini aullamata ikajuttingit.

Ikajulluni Ilagenik

Ilaget inojut FASD-kadlutik kaujisot ukumaitsanimik. Tamna ukumaitsanik ippigijak angajukkânginnut, aninginnut amma angajunginnut/nukanginnulonnet, atatatsianganut/anânatsianganut, ukuagatsunganut akkanganullonet, amma ilonainut katangutigenut.

Angajukkângit tukisimajutsait piusinginnik tapsuma FASD sukutaummat sugusik sivungani sollu ikajugiamut sugusimminik: sivullipaugamik sugusiup ikajuttisangit. Taimaimmat, angajukkângit pivitsakatsainajutsait kaujimatisigiamut ippiniagusimminik pilugit sulimmangâta ilagijangit. angajukkangit ikajusot

asingit tukisiniammata sugusiup piusigilittanganik.

Ilaget amma kaujisongummijut pimmagiunip-pâmik ikajugiamut FASD sukotitsimat sugusinnik ikajullugit imminik-ikajugumanimmut tavali atugiaggialet nunangani ikajusonik tapsuminga atummagi-giamut. Nammasiatukkut ikajuniammat FASD-mut sukkuguttitausimajut ilaget, angajukkângit, amma nunangani ikajuttet suliakatigetsiajutsaujut.

Piusigijaugajattut

Aivigillugit ukâlakatigillugillu mitsanut piusigilittangit, atugiaggumanginnilu. Uttulutit katimagumanimmik inikallusi 'kanuingitumi' amma silakkijaniammata angajukkângit. Unikkausimik unikkâgumammata amma ukkuivallialippat unikkâjanga, ijautti tusaummigajattuk kaujillunilu tamakkua kunommingalinningit sapilingalinninginillu.

Tusâtuinnadluni sunanik angajukkângita ukau-singinnik, ippinianik tatigigiangit sukkaitukut atunialidlugu. Tapkutigona taimailigamik, piusikagumagunik kisiani angajukkângik angippânik, asingita ilangit ilagijaugajammijut. Tamanna pisok asiagut isumagillugu amma kajitiukagiamut.

Takutsautillugu ilaget ilusingit sunguningillu tiliugigiamut tamaita ikajukkulugit piusikallutik nammagijautuappata.

Ukalakatigillugit ilangit, kinamik isumakam-mangâta amma igvit isumagijait, sollu ikajugajattuk nunalitukauvimmi tamakkuningaungituk pitillugu ilanginnit. Siagolimmat, piguttillugu kaivaluak ikajuttiget sollu unutsivallialutik ikajuttet unutsivallialutik.

Pigiasigajakkutit angajukkât ikajuttisanginnik iligenik sollu angajukkângit angippata. Tamanna piusik tamakkununga angajukkânginnut kaujutiagamik





UVLOP SITAMANGANI KATIMAUTET

amma kanuigani ilusigilittanginnik.

Ukalautaujunik Apitsotet

Ukua piusigijaugumajut atuson uvagut nunalitukauvittine?

Nallingit iligejut sunait inuit sollu ikajugajaton uvagut nunalitukauvittine?

E.G. CHR, Principal, ilinniatitsije, paitsiji, kaisimajuk Suliakajunik kamaji

Sunait asingit piuset uvak nunalitukauviga ikajugajaton?

Sugiallavegutik

Sivungani uma workshop, ukalautikakauvugut kitsanikkut kuatsâtitsigajannimik kappianattuk ikajut-

tivot pillugu. Asia amma ukumaittuk tamakkununga ikajuttinut una ajulinnik sugiamut. Ajulinnik sugiamut sakkisok taipsumani ikajuttet asianik kamagun-naimata itsasidlutik ikajuttiugiamut, puigusot ikajugiamik imminik ingulaumanimminillu, sutagga ingulualadlagamik amma utakkingugamik kamagijaugiangit asingingak, taimak ajulikattatut aulagiamut piujukkut. Tamakkua namminik timinga amma ippinianninga kanuingimat nammingitukkut attutaummata tamakkua ikajuttet suliakagunnangikattatut namma-nitsakut amma nukkagiakaniaidlutik. Minguisanikkut sidontikullu, immakâ suliammerit utison, kitali tiki-gamik namminik kanuittailigiamut pimmiugiugiasikat-tatuk. Ajulinnik sugiamut tukilik uttukattanimmik imminik kamagikattagiamut.

Imminik kamatsianik

Sollu taijauninga immminik kamatsianik aingajuk, ilonnainut, piluattukut ukununga ikajugiamut inilinnut, atugiallagialet atullutik kamagiakannimik atusainalutik piujukkut imminik-kamaginnimut uttusainanikkut. Atutsiatuk ikajutti tikisoginniminut kaujimakattatut kanuk angitigijumik sidontiminut amma nukkagagunnanginimminik tunitsigajatat asimminungâk.

Uttugiamut imminik-kamagillutit:

- nukkavikallutit sidontinik atujannik nammingitukkut atugunni;
- kuviagillugu inosikatsianet;
- ijugalak;
- pingualak;
- be thankful for your family and friends;
- atullugit "aittosiattit"; amma





▪ tunitsilutit imminut sunamik piugijannik.
 “Uttusainik adjikangilak” siagunitak tukikatsiajuk.
 Pigiasiguvit uttukatagiamut tamakkua imminik-kam-
 agitsianik pusiukkujait, kaujitsiamaginaikkutit kanuk
 atunninginnik ilinnut, nalliginanut, amma taimainnut
 inunnut ikajusimajannut.

Tunitsikatigegiamut Isumagijannik

Tamakkunangat ilonnainit sunanik ukalautigitinut
 pillugit... Sunait piusitsait sollar nammagajammangâ-
 ta itsasillunga ikajutitut amma uvak nunalitu-kauvin-
 ni?

Sunaugajammata ikajugajaton?

Sunainikkua apotugugajattaka sollar?

Puigukkananga... Allalunga Uvannut

1. Sunait ilikkaujakkua uvlume

2. Ilangit sunait ikkaumagumajakka

3. Isumagijakkali uvak

4. Apigigumajakka





TUKINGIT³



3. Glossary adapted from "Alcohol Problems and Approaches: Theories, Evidence and Northern Practice," by M. Korhonen, National Aboriginal Health Organization, 2004.





Pinnginik: Imigangituk imialummik ugvalu ejalukat-tomagani.

Piluadlanik: Taisiutituinnak sukattamangât kajusi-umalimmat, nukkagunnangimat pigumausinga atugi-
gamut imialummik ugvalu ejalukannik allât ukumail-
litsivalliagaluummat.

Imialummik atuluadlanik: Imigainnatuk sakkiti-
sisainagaluatillugu ukumainimik kinaup suliangani, tap-
sumunga inokatigennulonet. kinatuinnak atuluadlakat-
tatak imialummik tapsuminga kisiani pigumasongu-
ngituk ugvalu atuluadlakattangituk imialummik.

Imialuttomatsainatuk: Taisiutituinnak kina kauji-
manninganik imialukut ukumaigijausonik ugvalu
ajuttuk nukkaujigiamut.

Kanuk pivallialimmangât uttotik: Naittut apit-
sotet kaujisiutet nalliagut ugvalu kina imialuttomalu-
adlakattamangât ugvalu ukumaitsavalliatuinnalippat.
Una uttotik amma tajjaummijuk takugumanimmu-
sulimmangât uttotik.

Imigaluadlakattatuk: Takutsak imigaluadlakat-
taninga kingullikadlutik imiganginimik ugvalu galâ-
tuinnak pinimmik ukagiamut

Ukaudjutaugalânîk/ikajuttaugalânîlu: Una
naittukut ikajogutik tainna iligiallatitausimajuk
ukaudjuujiugiamut ikajummat ikajuttanik taimâk
asiangutigajammat piusimminik.

Ikajuttait-kisimi ukaudjulugu: Ukaudjuiniup
piusinga ikajusok ikajuttait kangugillugu tapsuma
kanutogijangitigut, piusingagut, uppigijangitigut
amma tugâgutingagut akkisuigami kamagijaugutigini-
attanga atuinnguttitaulimmat atunialuummat
sunanut ikajuttait isumakammangât suliagillugu
piunippâkut

Maggokut kaujisiutek: Tâмна inuk tamainnik
imialummik ejalukannilonnet ukumaitsagutilik
ammalu kitsanikkut/isumajâluadladlunilu.

Sivungani ulapillugu: Kaujinnik amma ukaudjinik
inunnut anajanattukut imigappata ammalu malugi-
jaulippata ukumaitsaliningit, kitalu suli piluadlatukut
pilukakkâtinnagit.

Tukisiallugu apitsugianga: Pitsianikut, kajusima-
tuinnangitukut apitsuligami piusik tamna ukaudjuuji
takutsak tamna angutik/annalonnet tukisigasualippat
ikajuttaminik.

Ulapitsiutik: Sunatuinnakut ukaudjuujiup pikatta-
tanga ikajugasuamut kinamik akkisigiamut ukumait-
tumik ugvalu asiangutitsigiamut.

Ikajutti: Kaujimalittuk tatigijautsainatullu ukaidjuuji

Pivalianikalluni apitsunik: Tamna atuluattanga
piusik tamakkua ukaudjuujiet atukattatanga ikajuliga-
mik inuit kajusigianginnut asiagut imikattanimmik.
(Takullugu amma kingulliget Asiangunimmu)





Isumammigut Kuatsânganik: kinatuinnak kaujigami sunamik ugvalu suttailigiamut piusilittunik tamakkuninga kamakatigegiamut ippiniagusittinik tataminnianattuk. Sollu una, uvagut pisogijavut tamâetsainagiamut, tukisiallugu sulimmangâta, ippiniakatigelluta amma tukisigasualugit kaujimaligetavut. Kaujimalikkugut kappiasâttaugiamik inosittinut, timittinut isumakatsianikammangatalonnet.

Akkiuminnik: Nukkaumijuk ukumaitsanimmik imigagiamut. Tamanna atuttaukattatuk taimâluak tukikatillugu tamna inuk imigaluadlagunnaininganik. Taimaigatillugu, amma tukikammijuk tamna inuk atugunnaituk ugvalu ukumaittunik sakkitsivallia-gunnaituk imigadluni, allât sollu angutik/annalonnet suli imigakattaadluni.

Imigaluadlaligemminik: Utigemmidluni imigaluadlanimmuk. Tamanna tukikasok utujuk ukumaittukut imigalinninganik (pinninginitsauninga takunnâdlugu) ugvalu utimmat nallianutuinnak iminnimut (nukkanimmik-mitsanut/12 pivallianingagut takutsaudluni).

Imminik-asiangutinnik: Nukkaujinnik imminik imigaluadlanimmik ikajuttaungimagidluni tamakku-nangat ilisimallagittunit ugvalu kamagijaugami.

Pivalliagutet Asiangugiamut: Piusik ikajunimut inunnik asiagut piusikalidlutik tamanna tungajuk uppigijaujumut tamanna asiangunik kisiani sakkisok taipsumani inuk atuinnaulimmat asiangugiamut.

Asiagungâk kuatsângannik: Kaujivallianik tau-tukkonikkut ippiniagijammigut ugvalu piusingagut asiata inop. Kuatsâjukammat kinakkut attuikattatuk kinamut tusattaumat susimanninga.

Imigagunnaimat: Timingmigut sakkiviukattatuk taipsumani ajulauttuk inuk imigagunnaimat imialukagunnaimallu timinga.





ATUTTAUSOT

Kagitaujamettut

Allait, katimautigijausimajut Atugatsangillu





ATUTTAUSOT

Canadamiut Aivinga Sunaik Atuluadliligami.

Tamakkua aiviusot kagitaujajut ikajusonik kaujigiamut mitsânut FASD-mut pijauttailigiamut, agvelugit, amma kanuittailinikut pisongit tamakununga ilagenut. Pitakammijut aivinnik atuttausonik Canadamiut kaujisautinginnik ikajuttaugiamullu uvani. Ph: (613)235-4048

www.ccsa.ca/CCSA/EN/Topics/Populations/FASDPrevention.htm

www.ccsa.ca/CCSA/EN/Topics/Populations/FASDIntervention.htm

Canadamiut Aivinga Sunaik Atuluadliligami.

FAS-mut Atusongit. Kagitaujajut:

www.ccsa.ca/toolkit/introduction.htm

Una atummagisok takutsasiangudlunilu ukau-sikut kaujitsigiamut pillugit kanuk suliakaliguvit mitsanut annait anajanagijaujunik, FASD-kut sukkungattitauningit sugusingit amma angajukkângit, amma nunalinni pivalliagutingitigut.

AnânakAnajattuk Kaujisiutinut Suliak, Anniasiuuffik tamakkununga Kanimajunut Sugusinnut,

Toronto, Ontario-mi

Ph: (416) 813-6780

Website: www.motherrisk.com

AnanakAnajanattuk katutjikatigenniujuq tasiunikadluni kimiggunimmut FASD-mik sukutitsitailininganillu.

Ph: (416) 813-6780

Website: www.motherrisk.com

Inosikatsianimmut Canada. **Apitsotiuluakattatut**

Apitsotet mitsanut FASD.

www.fas-saf.com/

Annait Imigagumagunnaimata

Kagitaujajut:

www.womenforsobriety.org/ Una imminik ikajugumalimmat amma ikajukattatunut piluallugit annait, taimâk ikajukattamat tamakkuninga nukkaujigiamut imailummik. Pitakagivullu kagitaujajakut ukalakatikagiamut. Tamakkua aullaikattamijut imminik-ikajunimut atuttaukat-tatunik tamakkunungauluak annanut akitujoppâtinnagit akingit.

www.come-over.to/FASCRC (FAS Nunammini Atuttaukattatut Aivinga) (Pijummagit Ininga)

www.skfasnetwork.ca (Saskatchewan Nutagatsak Imialumut sukuguttitausimapat Ikajutauningagut Kaujisattaugivik amma 'FASD mitsanut Atuttausot' (Pijummagik Kaujigiamut)

www.fasat.ca (Nutagatsaup Imialummut Sukotitauninganut Ikajuttit amma Iligjallanimut Ontario-mi) Pijummagik Ininga)

www.lakelandfas.com (Lakeland FAS katimattingit, Alberta-'Kanuk ukâlakatikagiamik angajukkânginnik', 'Kanuk ukalakatikagiamut inutukajunut') (Pijualuit Atuagiangit)

www.cvfasd.org (Cowichan Valley FAS Iligingit-'Unikkausiga' (Unikkaugutitsiat)

www.fetalalcohol.com (FAS/E Ikajuttet Ukalakatikagiamut B.C.-mi) (Kaujisiutitsiak amma Pijut Atuagiangit)





www.acbr.com/fas (Nutagatsait Imialummut
Sukkuguttitausimammata Kaujisautet, Ikajuttet
amma Ukalakatigegutet)(Piujualuit)

www.child.gov.ab.ca/whatwedo/fas Alberta
Sugusingit Ikajuttaumata-Nutagatsak
Imialummut Pigunnasiagunnaimat) (Piujualuk)

Allait, katimautigijausimajut Atugatsangillu

Maligialinginnik Kimiggunik: Canadamiut Ukaudju-
tingita katutjikatigeningit:
www.ccacc.ca/ccca.htm

FAS/E Ikajunnimut Kaujimakatigennimik BC-mi
(vol 1, 2 & 3) (2002) **Atugatsangit Nunam-
mini Paitsiligamik**. Inosikatsianimut Canada-
limâmi Suliak.

Haskell, L. (2003) **Sivullik Kuatsangannimut
kamagijaulippat: Maligak tamakkununga
isumakatsiagamut ilisimallagittut suli-
akaticalimmata annanik**. Toronto: Ininga
Piluadlakattatunut amma Isumakatsiagamullu.
Tamna atuttausok sivullipângani akkivallialippat;
kanuinginingagut siammatitsigumagunnaimallu.

Kirkpatrick, Jean (1978) **Kiviannikalimmat: Nutâk
Ikajunimmik Annamik Imigatsainapat**.
Garden City, NY: Uvlugiallak. Allatausimajuk
nagvasimajumut uminga Annait
Imigagumagunnaimata [takullutit kagitaujakut
atânetumi]. Ukalatillugu namminik kaujimajam-
minik imialummut ammalu atugiallagumanninga
sulianik tugâluattunik pillugit annanuk.

Korhonen, M. **Iminnimut ukumaigijait amma
Sujaugiangit: Isumagijait, Nalâgut
SakKititausot amma Tachânettunut
Atuttaukattatut**. Ottawa: Canadalimâmi
Nunakakkasimajut Inosikatsianitsanginnut
katutjikatigennik. 2004. Una atuttausainatukut
ukausik kimiggunikkut pasijaujut kamagijau-
ningillu nalliagut tamatsumunga imialukut uku-
maigijaummata. Ammalugiak ukalautigidlugit
atugiallataugialet Inuit nunalitukauvinginni.

Matsakis, A. (1994) **kingulliagut-Kuatsanganniup
Ukumaitsaligami Sutsiagunnagunnaimat:
Pijagetsiasimajuk kamagiamut maligak**.
Oakland, Ca: Nutâk Harbinger Atuagaliusi-
majanga. Piujuk atuagianga tamakkunga PTSD
amma takutsak kamagijaulimmat pigiasidlugunit
pijagedlugunut.

Miller, D. and Guidry, L. (2001) **Atuluadlanimmit
Kuatsanganimmilu Akkiumivallianik:
Akkivallianik Isumammigut, Timimmigut
ammalu Tannimigut**. New York: W.W.
Norton. Pitalik 12 katimautausonik iligenut
itsagillugu suliakaligamik akkisimajunik kuatsang-
nimmut atuluadlanimmulu.

Najavits, L.M. (2002) **Kininnik Kanuittailivim-
mik: kamaligamik maliganga tamatsu-
munga PTSD-mut amma ejalukannik
atuluadlanimut**. New York: Guildford Press.
Atuttausok piummagittukut "sivullitullugu"
inunut atujunut tamainnik PTSD amma ejanik
atuluadlatunut. Atuttausot adjigengitukkut
ekaillisâlimmata amma atujamminut tamakku-
nunga iliget katimaligamik.





- Pauktuutit Inuit Annaukatigeta katutjikatigenningit (2001) **Inolikkatinnanga** atugatsak atuagak. Una FASD-mut pijauttailigiak amma malugi-jaulluni atuttausok ilalik tachajâmik maligannilu. Tamna tachajâk pitâgijausok Inuktitut, Kablonatut Ve Ve – tulu.
- Pauktuutit Inuit Annaukatigeta katutjikatigenningit (2003) **Sugutset Sivulliutillugit: Atuttasok mitsanut Nutagatsait Imialummut Sukoguttitausimappata (FASD)**
- Poole, Nancy. (2003) Anânak Sugusillu utiutidlami-gamik: **Pijauttailigiak Nutagatsak Imialummut Sukkunguttaugianga ukua Sakkitausimajuk Annait Inosikatsianinginnut.** Vancouver: British Columbia-mi aivinga Piu-nippâk tamakununga Annanut Inosikatsianiam-mata. Una naittukut pijagesimajuk pingasoningagut pijauttaïnimmik suligijautillugu atuttaugiakammata: inulimât nunalitukaujullu ilisaniammata kaujivallialugullu; aulatsijikallutik nunalitukauvinga amma suliakattet uttukattatangit tikiniammata annanut sugusikagiamik- jarilinnut nutagatsakadlutik kaujisautikadlutik, ukautsilutik ikajullutillu; amma sunautsiamangât kajusiutikagatik pijauttailiniammata ukaujuilutik nutagatsalinnik annanik anânaujunnilu atuluadlanikkut ukumaitsakatillugit.
- Poole, N. amma Dell, C.A. (2005) **Annâgulait, Annait amma Ejalukattomalualakattatut.** British Columbia Aivinga Piunippâkut pillugit Annaup Inosikatsianinganut amma Canada-limami Aivinga pillugu Ejattomalualakattanikut. Tamanna iluingaikattatuk kingullipâmik kimiggumata mitsânut ejaluadlatomakattatunut isumagijaudlutik tamakkua adjjigintangit annanut (isumagillugit angutet) amma summat pim-magiummangât suliakatikagiamut annanik atudlutik kajusiutikagatik, kangugillugu pijauttailinitsaugianga piusigillugu.
www.ccsa.ca/NR/rdonlyres/628CF348-1B92-45D5-A84F-303D1B799C8F/0/ccsa0111422005.pdf
- Prochaska, J. & DeClemente, C. (1984). **Tamna The Trans-Theoretical Atullugu: Ikânnik Piusiusimajut Pikkujaukattalaungitunik Atuttausot.** Melbourne, Florida: Krieger Publishing Company. Tukisitsijut tamakkua atukattatut adjjigengitunik atuttaugialinnik ikajuttinut adjjigengituni pivalliajutinni atujamminit tapkua atujanginit/nagvagiallatanginnilu ingikanimmini. Kaujigamik pivalliadlutik, ukaujuiji pisongunitsaunialilluni sakkitsigiamut.





Roberts, G. and Nanson, J. **Piunippât Atittaisot: Nutagatsait Imialummut Sukotitausimajut/ Nutagatsait Imialummut Attutausimajut Asingitigut Ejalukait Atuluadliligamik Nutagatsakadlutik.** Inosikatsianik Canada-limâmiup Ejalukannut Piusigikattatanga Sulia-kaffinga, 2001-mi. Una iluingasiajuk atuagak tukititsisok kaujitsisiadlunilu nalâgut atuttusomik mitsânut suna sulimmangât ilonnaini tamakkua pingasut kulliget tamatsumunga FASD-mut attutauttailiniammata: inulimât kaujimanitsangit amma ilisanningit; aikattalutik, kaujillutillu annanik anajattunik, amma naittukut piusiugumajait; amma nammatukkut piuset ikajugiamut nutagatsalinnik annanik summagitukut ejattomalualalimmata. Tamna atuagak kaujitsisimagisok mitsanut nalagut sunaummingâta ammalu kaujillutik FASD-mik pitalinnik sugusinnik, amma piusinginnut ikajudlutik ilagitsiamajianginnik.

www.hc-sc.gc.ca/ahc-asc/pubs/drugs-drogues/best_practices-meilleures_pratiques/index_e.html

Rosenbloom, D., Williams, M.B. & Watkins, B.E. (1999) **Inosik kingungani Kuatsanganniup: Atuttaukattatuk Allak Inosikatsialinimut.** New York: Guildford Press Piujualuk atugjanga annanut akkivallialimmata kuatsangainnanimminit. Pitalik kaujiutinnik atautsikâllugillu piusiisonik.

Streissguth, A. (1997). **Nutagatsak Imiluadlanimmut Sukkutitaunik: Atigatsal ilagenut nunalituksauvinginnulu.** Allanik Atuagaliukat-tatunit. Baltimore, MD.



