**Timersornerup nukittuffii"**

**Timersorneq B, Inuiaqatigiilerineq**

 Sulliffeqarfik naatsumik nassuiarlugu

Tamanna minutsini 60-kkuutaani quleriarluni inulerinermik inuiaqatigiilerinermillu atuartitsineruvoq. WHO-mi nassuiarneqartutut peqqinnissakkut periarfissarpassuit tassani aallaavigineqarlutik timersorneq timimillu aalatitsinerit pingaartinneqarnerupput. Tassa imaappoq inulerineq (tassunga ilanngullugit peqataatitsineq, akuliutitsineq, inissisimaffiit suleqatigiillu) aamma tarnikkut timikkullu peqqissutsit pingaartinneqarput (tassunga ilanngullugit imminut tatigineq, imminut naleqartinneq, stress aamma nikallungarujussuarneq).

Anguniakkat atuartullu kajumissusiat:

Atuartitsinermi atuartut, assigiinngitsunik uuttortartarlugit (inuttut, tarnikkut timikkullu) timersornernik atuartinneqarlutik peqqinnerulernissaat siunertaavoq. Atuartut ilarpassuisa tamanna misilittagaqarfigimmassuk taamaattumillu atuartitsinermut atortut pillugit isummesorsinnaammata ilikkagaqarfigalugillu taamaalillutik atuartut tamanna inuttut kajumissuseqarfigilluarpaat. Tamatuma saniatigut atuartut timimikkut aalanissaannut kajumissarneqassapput, taamaalillutimmi atuagarsornikkut timersornerup iluaqutissartaannik ilisimaqalerniassammata. Tamatuma saniatigut atuartut inoqatimik ulluinnarni timimikkut aalatitsiinnartarnissaat annertusaanissaalluunniit pillugit piareersarneqassapput.

Timersorneq B-mi ilikkagassatut pilersaarutini tamanna "Atuartut suleqatigeeriaatsini assigiinngitsuni suleqataassasut aamma timip aalatinneqarnerata nuannersortaannik misigisaqarniassammata allallu aalalluataarnissaannik kajumissaartarniassammatigit”

Tamatuma saniatigut, ilikkagassatut pilersaarutinit: “Atuartut maannakkut oqaluttuarisaanerlu eqqarsaatigalugit timersornermi kulturip pingarutaa naleqartinneqarneralu pillugit qisuariarsinnaasariaqarput, tassunga ilanngullugu minnerunngitsumik kalaallit qangaaniilli timiminnik aalatitseriaasiannik ilisimasaqarnermikkut" (Kisianni kalaallit qangaaniilli timersorlutik aalariaasiannik atuartitsisoqassanngilaq, atuartummi tamakkuninnga ilinniartinneqareersimammata).

Ilikkagassatut pilersaarutinik akuersaarneq:

Anguniakkat :

e) timip aalatinneqarneratigut inooriaatsillu pingaarutaasa peqqissutsimut sunniutai pillugit ilisimasaqalissapput nassuiaasinnaalerlutillu, tassunga ilanngullugu sunngiffimmi timersornermik aallussaqarnissamut periarfissarsiorsinnaanerit,

g) sungiusarnissanut tunngaviusumik periutsinik aamma sungiusarneq, inoriaaseq timersornermilu ileqqunik tunngaviusunik ilisimasaqarnissaq,

j) timersorneq pillugu atuagarsornermi inuttut inuiaqatigiittullu suliassaqarfinni toqqakkani tunngaviusunik ilisimasaqarnissat, tamatumani timersornerup oqaluttuassartaani timersornikkullu inulerinermi Kalaallit Nunaanni Danmarkimilu pissutsinik ilisimasaqarluarnissaat,

k) timersornerup kulturikkut naleqartinneqarnera pillugu misissueqqissaarisinnaalluni qisuariarsinnaallunilu,

l) timersornermi inissisimaffimmik pissuserissaarnermillu ilisimasaqarneq,

Assigiinngitsunik suliallit suleqatigiinnissaannut isumassarsiat:

Inuiaqatigiilerinermik ilinniartitsisunik Kalaallit Nunaanni inulerinermik tamakkunanilu pissutsinik atuartitsisartumik aamma uumassusilerinermik ilinniartitsisumik timip aalatinneqarnerani sukumiinerusumik misissuisussamik suleqateqarnissaq piukkunnarluinnarpoq.

Semesterimi inissisimaffik piumasaqaatillu:

Atuartitsineq tamanna 3.g-mi atuartuni siullertut atuartitsissutigineqarpoq. Atuaqatigiit 2. g-mi "Timersornerup ajortortai" pillugit atuartinneqarmata atuartitsineq taamatut taaguuserneqarpoq, tamatumani doping timersornermilu annertarnerit qitiutinneqarput.