

BREATHE WITH ME

Jeppe Hein & ART 2030
Nunarsuarmut eqqumiitsuliatut suliniut

**Uunga ilitsersuut: Breathe with Me
(Anersaaroqatiginnga)**

Imai

Uunga ilitsersuut: Breathe with Me

Aallaqqaasiut

Ilitsersuut qanoq atussava 1

Breathe with Me: ilisaritinnera

Jeppe Hein Qalipaait imilertakkat anersaartortut
(Breathing Watercolours) 5

ART 2030 nunarsuarmi anguniakkat (Global Goals) 7

Breathe with Me in New York City-mi 9

Breathe with Me: suliniutit

Assersuutit ilitsersuutillu 11

Breathe with Me pappialakkut 13

annoraminnikkut 15

iigarfiliani nuunneqarsinnaasuni 17

iikkani pioreersuni 25

igalaani 29

Breathe with Me: workshop-it 33

Piareersarnermi atortussat

Breathe with Me workshop-ini anguniakkat 35

Anersaartoriaatsit anersaartornermullu sungiusaatit 37

Breathe with Me workshop-inut piareernej 39

Anersaartornerup pisariaqartuunera pillugu 41

Puagut pillugit 43

Workshop-ini atortussat

Aallarnisaalluni apeqcutit 47

Changing Breath (Anersaartornerup allanngornera) 49

Sphere Breath (Ammalortumi anersaartorneq) 51

Geometric Breath (Geometriskimik anersaartorneq) 53

Elevator Breath (Elevatoritut anersaartorneq) 55

Bee Breathing (Igutsattut anersaartorneq) 57

Lungs in a Bottle (Puaat puiaasami) 59

Inflatable Cube (Isoqqaariffaarissoq pullattagaq) 61

Breathing Flags (Erfalasut anersaartuutit) 63

Breathing Circle (Iloqqasunngorluni anersaartorneq) 65

Breathing Feathers (Meqqut anersaartuutit) 67

Breathing Diary (Anersaartornermik ullorsiutit) 69

Attaveqarfissaq

Qanoq illit anersaartornerit uatsinnut
avitseqatigiissutigisinaanerit 71

BREATHE
WITH ME

Aallaqqaasiut

Breathe with Me-mut ilitsersuut qanoq atussava

Sumiikkaluarluniluunniit anersaartortarneq qitiutillugu, Breathe with Me tassaavoq nunarsuaq tamakkerlugu peqataatitsilluni eqqumiitsuliornermik suliniut, imminermi annertunngikkaluaqaluni annertuumik anguniagaqartumik oqariartuuteqartoq ataatsimut attavigiinneq, malussarsinnaassuseqarneq, ataatsimoorneq pitsaasunillu iliuuseqarneq pillugit, kikkut tamaasa anersaartoqatigiinnissamut peqataaqqunerisigut. Breathe with Me-p siunissaq nukittoq nungusaataangitsorlu anguniarlugit iliuuseqarneq tunngavilissavaa. Tunniusimanissamut kaammattuivoq, tamatumuunala anersaartoqatigiinnikkut nunarsuaq pitsaaneruseqarsumik siunissaqalernissamut sunnerneqassaaq.

Taamaammatt nunarsuaq tamakkerlugu kaammattuut manna saqqummiupparput, paasinaqqullugu kikkut tamarmik qanoq iliorlutik 'anersaartorsinnaanersut', Jeppe Heine-p anersaartornermut imilertakkanik qalipagaanut assingusumik. Kikkunnut tamanut ammasumik kaammattuutaavoq Breathe with Me namminneq inuunerminnut ilaa-tileqqullugu, namminneq periusertik atorlugu sungiusaqqullugu, misigalugu allanut oqariartuutinullu saqqummiunneqartunut pis-suseqarfiginnissinnaanertik.

Neriuppugut ilitsersuutip matuma inuit ataasiakkaat, ilaqutariit, sanileriit, najukkami inuiaqatigiit, atuarfiit, katersugaasiviit pisortallu suliffeqarfii allat kattuffiillu periarfississagai ersinngitsup takussaalersinnissaanut, avitseqatigiissutigalugulu nunarsuaq kaajallallugu qanoq anersaartortarnerput.

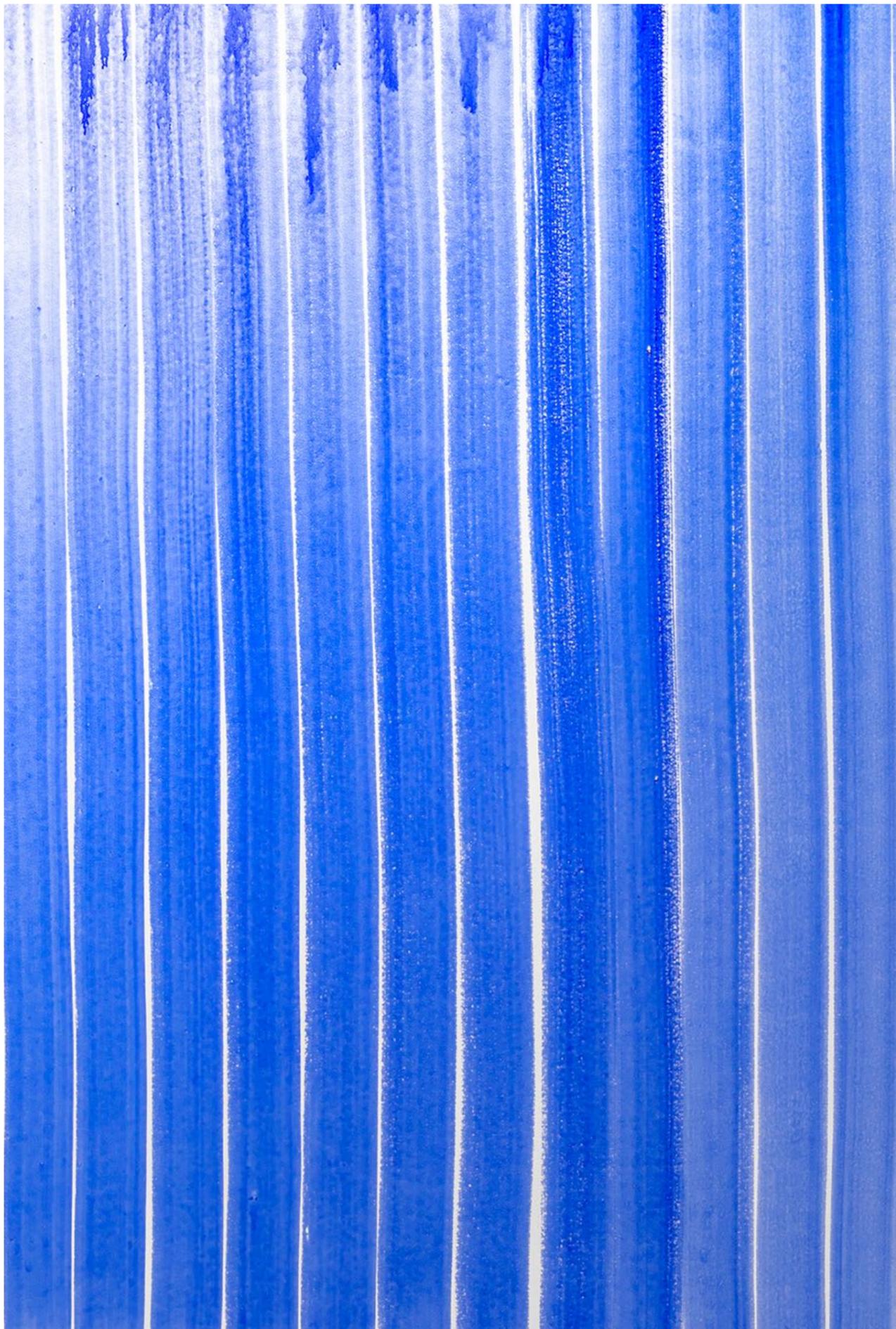


BREATHE
WITH ME

Breathe with Me-mi suliniutit assigiinngitsut pilersinnis-saannik neqerooruteqarpoq, kisiannili isumassarsiorfissatut naatsorsuussaalluni - nalunaajarneqarnissaa nikerartinnissaalu ammasoq. Tamatumunnga ilassutitut anersaartornermik ilinniarluni sammineqarsinnaasut, Breathe with Me workshop-ini atorneqarsinnaasut ilannguppagut.

Breathe with Me-mut ilitsersuut uani aaneqarsinnaavoq: **www.breathewithme.world**. Peqataasut kaammattorneqarput internetikkut ilanngussisaqqullugit nassitsisaqqullugilluunniit, assinik al-latanillu fiilinnugukkanik aamma Breathe with Me-mi suliniutaasinnaasunut workshop-inullu isumassarsianik. Instagrammikkut hashtag una atorlugu: **#breathewithme**. Takussutissiaq uagutsinnit suliarineqassaaq uani: **www.instagram.com/breathewithmeandtheworld**.

Anersaartoqatigisigut, anersaartornerillu nunarsuup sinneranut nunarsuaq pillugu avitseqatigiissutigiuq!



Breathe with Me: ilisaritinnera

Jeppe Hein qalipaait Imilertakkat anersaartortut (Breathing Watercolours)
ART 2030 aamma Nunarsuarmi anguniakkat (Global Goals)
Breathe with Me New Yorkimi

BREATHE
WITH ME

Jepppe Hein

Qalipaait imilertakkat anersaartortut (Breathing Watercolours)

“Inuuneq ilummut anersaariarnermik aallartittarpoq kipisarlunilu silammut anersaariarnermik. Taakku akornanni anersaartortarpugut assigiinngitsunillu inuuneqarluta. Taamaakkaluortoq anersaariarnerit tamaqqinnaamik ataatsi moortippaatigut, attaveqatigiissilluta silaannarmik ataatsimik avitseqatigiissilluta.”



Jepppe Hein Qalipaaitinik imilertakkanik anersaartortunik qalipaasoq

Inuuninni nutaami maluginiarluakkamik anersaartorneq, ukiut qulingajaat matuma siorna inuttut ajalusooreernerma kingorna pingaaruteqarluinnalerpoq. Anersaartorneq maluginiarluarnerata timima isummamalu inuunermi aqquusaartakkani tamani oqimaaqatigiissinnissaat periarfissippaat. Taamatut oqimaaqatigiissitsinermut assersuut pingaartoq takuneqarsinnaavoq sulianni “Anersaartorneq imilertakkanik qalipaataanik” taasanni. Imilertakkanik qalipaannermi anersaartorneq titarnerit aqutarisarpai, pappialamut iikkamulluunniit qaortumut titarnermik tungujortunik qummut-ammukartunik ilutsit uteqattaartut qalipatsillugit. Titarnerit tamarmik tassaapput anersaariarnerit. Qalipaammik tagiussinerit aallaqqaataanni tamani qalipaait ersarittarpoq sakkortullunilu, qalipatali ataata tungaanut aanngasillartortarluni. Ammukartut tamarmik ilummut silammullu anersaariarnerit tamaasa tamakkiisumik malunnarsisippaat.

Aallaqqaammut nammineq anersaartornikka qalipattarpakka, imilertakkanik ullorsiutima ilaattut imaluunniit iikkani angisuunngorlugit qalipatatut. Taava immikkut saqqummersitsininni alakkaasut qinnuigisalerpakka peqataaqqullugit, anersaartorneq katersugaasiviup iigaasigut qalipaqqullugit. Taamaaliornikkut inuit kaammattortarpakka maannakkorpiat timertik silartillu maluginiaqqullugit, ilumikkullu oqaloqatigiinermut peqataaqqullugit. Qalipaaffigisamut anersaartorneq qalipanneratigut, maannakkorpiat anersaartornertik, timertik silartillu misigiinnarnagit, aammali avatangiisit maannakkorpiat misigalugit ataatsimooqatigiiffimmuut peqataasarput.

Breathe with Me tassaavoq anersaartorneq imilertakkanik qalipaaneq, tamat peqataaffigisaat, ersinngitsuutiminnik – anersaartornitsinnik – takussaalersitsisumik, anguneqartarluni akornatsinni pissuseqatigiilerneq – nunarsuaq manna ullumi siunissamilu avitseqatigiissutiginiarutsigu suleqatigiittariaqarnitsinnik eqqaasitsisoq. Pitsaanerpaaffiatigut tamatuma inuit kaammattussavai oqaatsip pileqqaarnera malillugu anersaartornissamut, tassami (latiinerisut) Conspirare allamik isumaqanngilaq taamaallaallu isumaqarluni anersaartoqatigiinermik.

Taamaammatt anersaartoqatigilaannga. Ilummut anersaarit. Ipummerit. Silammut anersaarit.

Jepppe Hein

BREATHE
WITH ME

ART 2030

Aamma nungusaataanngitsumik ineriartortitsinermi anguniakkat (Global Goals)



2015-imi nunarsuarmi aqutsisut FN-imi akuersissutigaat 2030-mut Nungusaataanngitsumik Ineriartortitsinissamut pilersaarut, taassumalu ataani Nungusaataanngitsumik Ineriartortitsinissamut Anguniakkat 17-it. Taakku tassaapput angusaqarluarniartumik inuit, nunarsuaq pigissaarnerlu pillugit pilersaarutit.

ART 2030 iluanaarniutaanngitsumik suliniuteqarfiuvoq, eqqumiit-suliornermik aamma FN-ip 2030-mut nungusaataanngitsumik ineriartortitsinissamut pilersaarutaanik anguniagaanillu 17-inik katigutsitsisoq. ART 2030 nungusaataanngitsumik anguniakkat angunissaannut eqqumiitsuliornerup matuersaatitut atornissaanik suliniuteqarpoq, inuit uummataasa, eqqarsartaasiisa takorluuisinnaanerisalu ammartinnerisigut – iliuuseqarnissamut kaammattuiumalluni siunissaq peqqinnartoq nungusaataanngitsorlu anguniarlugu. ART 2030-mi ilaapput nunarsuarmi eqqumiitsuliornerup suleqatillu tusaamasat nungusaataanngitsumik ineriartortitsiniarluni anguniakanut attuumassuteqartut, eqqumiitsuliorluni suliniutit oqilisaaffiginiarlugit peqataasut, – ilanngullugit pisortanit aaqqissuussat, eqqumiitsulianik misigisaqartitsinerit, assigiinngitsunik atuilluni attaveqatigiinnerit ilinniartitsillunilu ingerlatsinerit – inuit, nunarsuaq pigissaarnerlu pillugit pilersaarummut kikkut tamaasa peqataaqqullugit.

ART 2030 isumaqarpoq, eqqumiitsuliornerup atugaaneratalu nungusaataanngitsumik anguniakkanut naleqqiullugu nakooqutigigaat, eqqumiitsuliornerup nungusaataanngitsumik anguniakkat qanoq annertutiginerat saqqummiussinnaammagu, ilutigisaanillu anguniakkat assigiinngitsut ataqatigiinnerat ersersillugu.

Breathe with Me-mi nungusaataanngitsumik ineriartortitsinis-samut anguniakkat ilarpassui sammineqarput, annermilli makku isiginiarneqarlutik:



Maluginiarluakkamik anersaartornermut peqataanikkut Breathe with Me-p ersersippai eqqarsartaatsikkut timikkullu ilorrisimaanitsinnut tunngasutigut maluginiagassat.



Nunarsuarmi tamarmi suliniutit, ataasiakkaat ataatsimoortullu misigisaqarnissaanik isumagisaqartut, Breathe with Me-p sulissutigaa ilinniartitsinermi mindfulness-ip tamatigut siuarsagaanissaa.



Tamanut atuuttumik iliuuseqarlunilu misigisaqarnissap qitiutinneratigut Breathe with Me-p ersersippaa, qanoq tamatta tunuliaqtagut inissisimanerpullu apeqqutaatinnagit naligiinnik periarfissaqarlutalu pisinnaatitaanersugut.



Breathe with Me-mi tamat akuutinniarnegarnerat erseqqissarneqarpoq. Anersaartoqatigiinnissap inissaqartinneratigut, eqqumiitsuliornerup tamatigut nungusaataanngitsumik mingutsitsinngitsumillu ingerlanissaq siuarsassavaa.



Uummassusillit tamarmik anersaartortariaqarnerisa ersersinneratigut, Breathe with Me nunarsuatsinnut silaannaap pissusaa pillugu sullissilluarnissamut kaammattuivoq.



Qalipaait tungutsorissut maligaasatullu ilutsit atornerisigut Breathe with Me-p eqqaasippaatigut imaq silaannarmut anersaartukkatsinnut pingaaruteqarluinnartuusoq.

BREATHE WITH ME

Breathe with Me

New Yorkimi

Breathe with Me nunarsuarmut tamarmut eqqumiitsuliaavoq alutornaqisoq tamanit peqataaffigineqartoq, isiginnaartunik namminneq anersaartornerminnik qalipaanissamut kaammattuisoq. Anersaariarnerit tamarmik eqqumiitsuliap iigaanut annoraaminermik qallikkanut qalipanneqarlutik iluseqassapput titarnertut tungujortutut sammiveqatigiittut, titarnerillu tamarmik tassaallutik silammut anersaariarnerit.

Breathe with Me suliaavoq inummut namminermut tunngasuullunilu, inuunitsinnipisartorpassuarnik nunarsuarmilu inooqataanitsinnik attuisoq. Anersaartorneq aallaavigalugu peqataasut kaammattorneqarput imminnut nunarsuarlu avatangiiserisartik eqqarsaatigeqqullugit. Peqataasut tamarmik 'anersaartorneri' qalipanneqarsimaleraangata, eqqumiitsuliap uagut ataasiakkaarluta immitsinnut pilluta ilisimasaqarnerput kisiat takutinngagu aammali ataatsimooqatigiiffiit, inuiaqatigiit avatangiisigullu takussaasunngortittarpai. Ataatsimut isigalugu Breathe with Me tassaavoq ataatsimoorluni nunarsuaq pillugu anersaartorneq.

Eqqumiitsuliatut, FN-ip 2030-mut nungusaataangitsumik ineriartortitsinissamik pilersaarutaanut nunarsuarmilu peqqissutsimut, inuiaqatigiinnut nukittuunut silallu pissusaa pillugu anguniagaanut 17-inut oqariartuuteqartutut, Jeppe Hein aamma ART 2030 - iluanaarniutaangitsumik suliniutitut eqqumiitsuliornermik FN-ip pilersaarutaanut ataqatigiilersitsisoq – siullermeerluni Breathe with Me-mik saqqummiussivoq FN-ip illorsuani aamma New Yorkimi Central Parkimi, FN-ip 74-issaanik ataatsimeersuarnerani 2019-imi 21. – 27. September. Tamanna pivoq ukioq taanna silap pissusaata qitiutinneqarnera ilutigalugu.



New Yorkimi FN-ip qullersaqarfiani
September 21-24, 2019

BREATHE
WITH ME



New Yorkimi Central Parkimi
September 25-27, 2019

Breathe with Me

New Yorkimi



Jayathma Wickramanayake
UN Secretary-General's Envoy on Youth



Amina J. Mohammed
Deputy Secretary-General of the UN



Michael R. Bloomberg
UN Special Envoy for Climate Action



Timoci Naulusala, Youth Activist, Fiji



Lina Mendoni, Minister of Culture
and Sports, Greece



Teresa Ribera Rodríguez, Minister for
the Ecological Transition of Spain



Lotay Tshering, Prime Minister of Bhutan



Todd D. Stern, former United States
Special Envoy for Climate Change



Max Hollein, Director of the Metropolitan Museum of Art

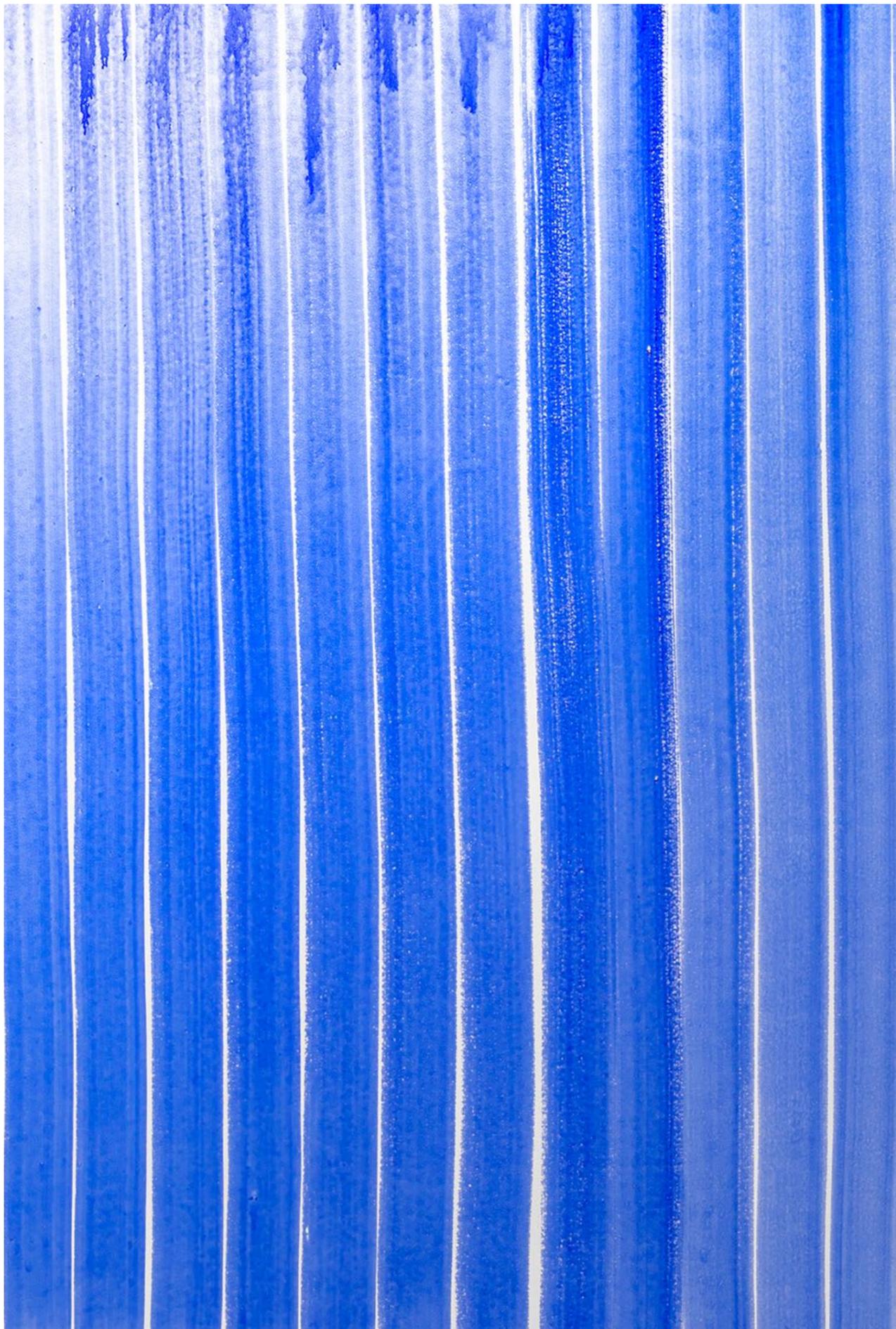


BREATHE
WITH ME



Arancha Gonzales, Executive Director of
the International Trade Center (ITC)





Breathe with Me: suliniutit

Assersuutit ilitsersuutillu

Breathe with Me pappialakkut
annoraaminikkut
iigarfiliani nuunneqarsinnaasuni
iikkani pioreersuni
igalaani

**BREATHE
WITH ME**

Breathe with Me

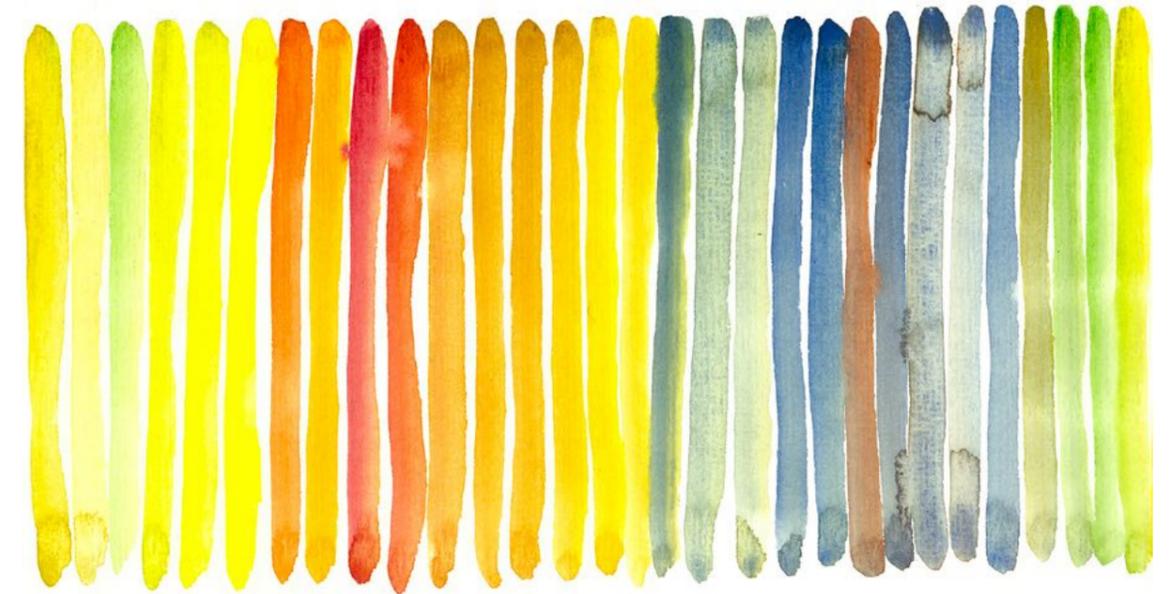
Pappialakkut



Jeppe Hein pappialamut qalipaatinik imilertakknik anersaartortunik qalipaasoq (Breathing Watercolours)

Atortussat

- Pappialat A4, imilertakkanik qalipaavissat
- Qalipaatinik imilertakkat
- Qalipaasiutit, angissuseq 8-10
- Immiartorfimmumut imeq



Breathing Watercolours (Qalipaatinik imilertakkat anersaartortut) by Jeppe Hein

Qanoq...

Sequnngerit anersaartornerillu maluginiarluarlugu. Naatit ilanngullugit illummut anersaarit ipummerlutillu. Arriitsumik silammummut anersaarit. Arlaleriarlutit taamaaliorit, qalipaatinik imilertakkanik pappialamut anersaartornerpit qalipannissaanut piareernissavit tungaanut.

Qalipaasiut qalipaatineruk illumnullu anersaarlutit. Ipummerit. Arriitsumik silammummut anersaarit, ammullu titarneq siulleq qalipallugu. Qalipaasiutit qalipaatinerqiguk illumnullu anersaaqqillutit. Ipummerit. Arriitsumik silammummut anersaarit, titarnerullu tullia qalipallugu. Titarnerit sapinngisamik imminnut qanittuutinniarlugit qalipaagit, qaleriisinnikkaluarlugit. Taamaaliornerit uteqattaaruk pappialap tamarmi anersaartornernik qalipanneqarnissaata tungaanut.

**BREATHE
WITH ME**

Breathe with Me

Annoraaminikkut



Jeppe Hein annoraassiamut qalipaasoq



Nassuiaat: Imilertakkanik qalipaariarnerit tamaasa sapinngisamik qalipaasiutit narlorissuutillugit tigummisakkitt.

Atortussat

- Annoraamineq qanorluunniit angitigisoq
- Qalipaasut imilertagaq tungutsorisoq (Ultramarine)
- Qalipaatinik akooriffissaq mikisoq
- Qalipaasiutit 1" (3 cm) ulammarissut
- Pappaiara imusaq kajortoq, aamma iikkap, natip nerriviullu serparfiginnginnissaannut assiaqutassat
- Qalipaasut tape-at

Piareersaatit

Annoraamineq annertunngippat niaqqit tuivillu nalaanniittussanngorlugu iikkamut nivinngassavat, imaluunniit qalipagassap iigarfia atorlugu qalipagassap qulaa tallit siaaqqatillugu angujuminartunngorlugu inissillugu. Annoraamergit anginerusut iikkamut nivinngad-sapput, talit siaaqqatillugu qulaatungaa angujuminartunngorlugu.

Qalipaasut tape-annik pappiala kajortoq annoraam-erngup ataanut kuserfissatut inissiguk. Aamma inassutigaarput annoraamineq imusaq maangaannaq kusertoqarnissaanut sillimatigineqassasoq. Imilertagaq tungutsorisoq imermik akujuk - qalipaasut 20% missaani imerlu 80% missaani.

Qanoq...

Sequnngerit anersaartornerillu maluginiarluarlugu. Naatit ilan-ngullugit illummut anersaarit ipummerlutillu. Arriitsumik silammut anersaarit. Arlaleriarlutit taamaaliorit, qalipaatinik imilertakkanik annoraaminermut anersaartornerpit qalipannissaanut piareernissavit tungaanut.

Qalipaasiut qalipaatineruk illumullu anersaarlutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaarit, amnullu titarneq siulleq qalipallugu. Qalipaasiutit qalipaateqqiguk illumullu anersaaqqillutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaarit, titarnerullu tullia qalipallugu. Titarnerit sapinngisamik imminnut qanittuutinniarlugit qalipaagit, qaleriisnngikkaluarlugit. Taamaaliornerit uteqattaaruk annoraamerngup tamarmi anersaartornerit qalipanneqarnissaata tungaanut.

BREATHE
WITH ME

Breathe with Me

Annoraaminikkut



Pulaat annoraaminikkut qalipaasut



Jeppe Hein, My Breath, 2018

Breathe with Me

ligarfiliani nuunneqarsinnaasuni



Saqqummersitanik isiginnaartut, KÖNIG GALERIE, Berlin, 2017

Atortussat

- Matussiaq qaqortumik qalipatat imlt. qisuit MDF-it 3 mm x 2 m x 1 m
- Qisuit 40 mm x 50 mm iigarfiliasat
- Puussiat sioqqanik immikat imlt. oqimaalutat
- Qalipaataq imilertagaq tungutsorissaq (Ultramarine)
- Imilertakkanik akoorivissaq
- 2 "(5 cm) qalipaasiutit ulamertut
- Pappiala qaqortoq imusaq, silissusaa 1m
- Pappiala kajortoq imusaq annoraaminerlu natermut illersuutissaq
- Qalipaasut tape-at

Piareersaatit

Matussiaq oqitsoq imaluuniit qisuk MDF 3 mm atorlugit iigarfissaliorit, qupperneq 23-mi 24-milu takutinneqartut. Oqimaalutaq imaluunniit puussiaq sioqqanik imalik iigarfissaliavit tunuanut uppinnaveeqqusiuguk. Qisummik siniliat qaqortumik qalipaguk. Matussiaq qalipalerukku pappiala kajortoq natermut kuserfissatut tape-mik nipitissussavat. Aamma inassutigaarput annoraamineq imusaq maangaannaq kusertoqarnissaanut sillim-atigineqassasoq.

Imilertagaq tungutsorissaq imermik akujuk - qalipaataq 20% missaani imerlu 80% missaani. Pappialamut imusamut qalipaaniaruit, pappiala qisummik siniliavit qulaanut kakkigullugu aalajangissavat, natermi 40cm missaa ilanngullugu kusertoornissannut illersuutissatut pappiala siaarlugu.

Qanoq...

Sequnngerit anersaartornerillu maluginiarluarlugu. Naatit ilanngullugit illumut anersaarit ipummerlutillu. Arriitsumiksilammut anersaarit. Arlaleriarlutit taamaaliorit, qalipaatinik imilertakkanik qisummut anersaartornerpit qalipannissaanut piareernissavit tungaanut.

Qalipaasiut qalipaateruk illumullu anersaarlutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaarit, ammullu titarneq siulleq qalipallugu. Qalipaasiutit qalipaateqqiguk illumullu anersaaqqillutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaarit, titarnerullu tullia qalipallugu. Titarnerit sapinngisamik imminnut qanittuutinniarlugit qalipaagit, qaleriisinnngikkaluarlugit. Taamaaliornerit uteqattaaruk qisuup tamarmi anersaartornernik qalipanneqarnissaata tungaanut.

BREATHE
WITH ME

Breathe with Me

ligarfiliani nuunneqarsinnaasuni



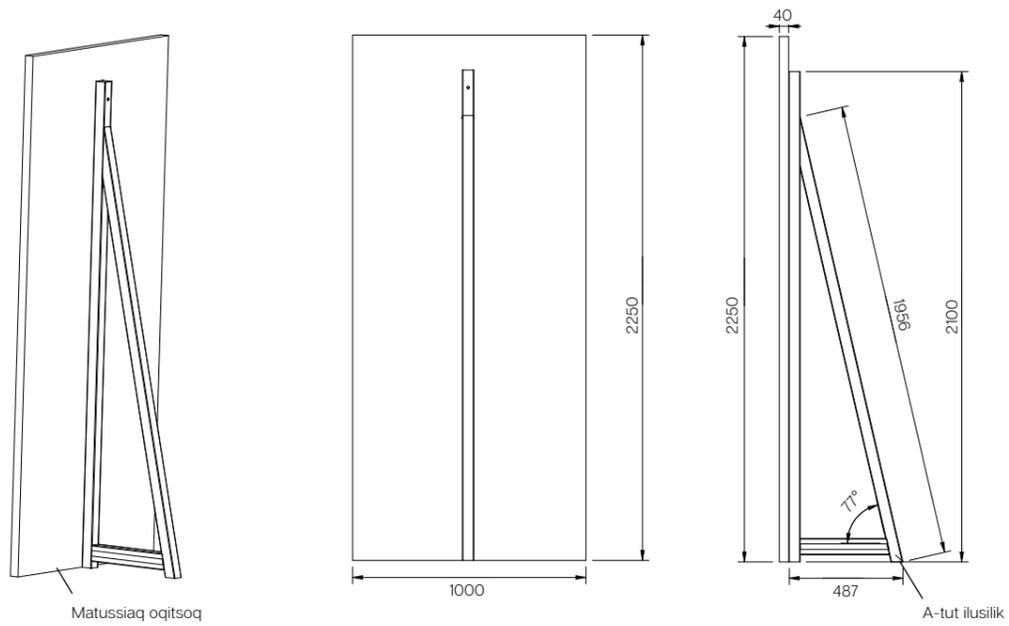
BREATHE
WITH ME



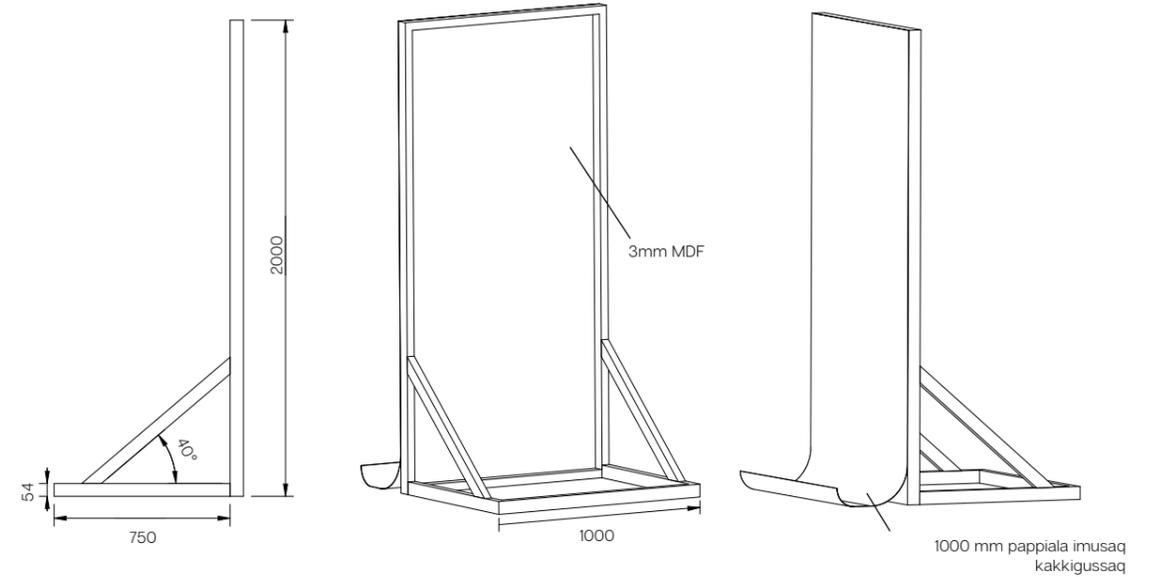
ligarfiliat nuunneqarsinnaasut inissinnissaannullu assersuutit

Breathe with Me

ligarfilianut nuunneqarsinnaasunut



Asseq 1



Asseq 2



Matussianut A-tut ilusilinnut ugaarfilinnut sioqqanik oqimaaloqutsikkanut assersuut



Ass.: Pappiala qaqortoq imusaq qisunnik sinaakkusugaq

Breathe with Me

likkani pioreersuni



Jepe Hein ikkakkut qalipaasoq

Atortussat

- Igaq qalipaammik imermik akusakkamik qaqortumik qalipataq
- Qalipaataq imilertagaq tungutsorik (Ultramarine)
- Imilertakkanik akoorivissaq
- 2" (5 cm) qalipaasiutit ulamertut
- Pappiala kajortoq imusaq annoraaminerlu natermut illersuutissaq
- Qalipaasut tape-at

Piareersaatit

likkap orsupalinnanilu ipiitsuunera qularnaaruk. Pisariaqarpat iigaq qaqortumik imermik akusakkamik qalipaqqaaruk. Pappiala kajortoq natermiit 40 cm missaani taperlugu ikkuguk, iikkap ataanut natermullu illersuutissatut. Aamma inassutigaarput annoraamineq imusaq maangaannaq kusertoqarnissaanut sillim-matigineqassasoq. Imilertagaq tungutsorissaq imermik akujuk qalipaataq 20% missaani imerlu 80% missaani.

Qanoq...

Sequnngerit anersaartornerillu maluginiarluarugu. Naatit ilanngullugit illumut anersaarit ipummerlutillu. Arriitsumik silammut anersaarit. Arlaleriarlutit taamaaliorit, qalipaatinik imilertakkanik iikkamut anersaartornerpit qalipannissaanut piareernissavit tungaanut.

Qalipaasiut qalipaateruk illumullu anersaarlutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaarit, ammullu titarneq siulleq qalipallugu. Qalipaasiutit qalipaateqqiguk illumullu anersaaqqillutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaarit, titarnerullu tullia qalipallugu. Titarnerit sapinngisamik imminnut qanittuutinniarlugit qalipaagit, qaleriisinnigikkaluarlugit. Qalipaasiutit sanilernut tunniutikkat. Periuseq uteqattaarsiuk iikkap tamarmi qalipannissaata tungaanut.

BREATHE
WITH ME

Breathe with Me

likkani pioreersuni



BREATHE
WITH ME

Pulaartut iikkami saqqummersitsivimmi qalipaasut

Breathe with Me

Igalaani



Københavnimi Politikens Forhal-imi saqqummer-sitsineq, 2019

Atortussat

- Igalaq angisooq ipiitsoq
- Qalipaak tungutsorik aalattagaq imaluunniit acryl
- Qalipaatinik akooriffissaq
- 2" (5 cm) qalipaasiutit ulamertut
- Qisummut liimmi PVA
- Pappiala kajortoq imusaq annoraaminerlu natermut illersuutissaq
- Qalipaasut tape-at

Piareersaatit

Igalaat ipiitsuullutillu orsupalinnginnerat qularnaaruk. Qisummut liimmi PVA 60%, imermik 40%-imik akujuk. Qalipaak aalattagaq imaluunniit acryl tungutsorik akuliuguk, ersarissumik tungutsuaarissinissaata tungaanut. Qalipaak kinerpallaarsorigukku imermik akujuk, imerpalavallaarpat PVA-mik akujuk.

Igalasserfiup ataata qulinnguatigut pappiala kajortoq tape-mik ikkuguk, igalasserfik naterlu kuserfigineqaqqunagit. Aamma inassutigarpuk annoraamineq imusaq maangaannaqkusertoqarnissaanut sillimatigineqassasoq.

Qanoq...

Sequnngerit anersaartornerillu maluginiarluarlugu. Naatit ilanngullugit illumut anersaarit ipummerlutillu. Arriitsumik silammut anersaarit. Arlaleriarlutit taamaaliorit, anersaartornerpit igalaamut qalipannissaanut piareer-nissavit tungaanut.

Qalipaasiut qalipaateruk illumullu anersaarlutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaarit, amnullu titarneq siulleq qalipallugu. Qalipaasiutit qalipaateqqiguk illumullu anersaaqqillutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaarit, titarnerullu tullia qalipallugu. Titarnerit sapinngisamik imminnut qanittuutinniarlugit qalipaagit, qaleriisinnikkaluarlugit. Qalipaasiutit sanilernut tunniutikkat. Periuseq uteqattaarsiuk igalaap tamarmi qalipannissaata tungaanut.

BREATHE
WITH ME

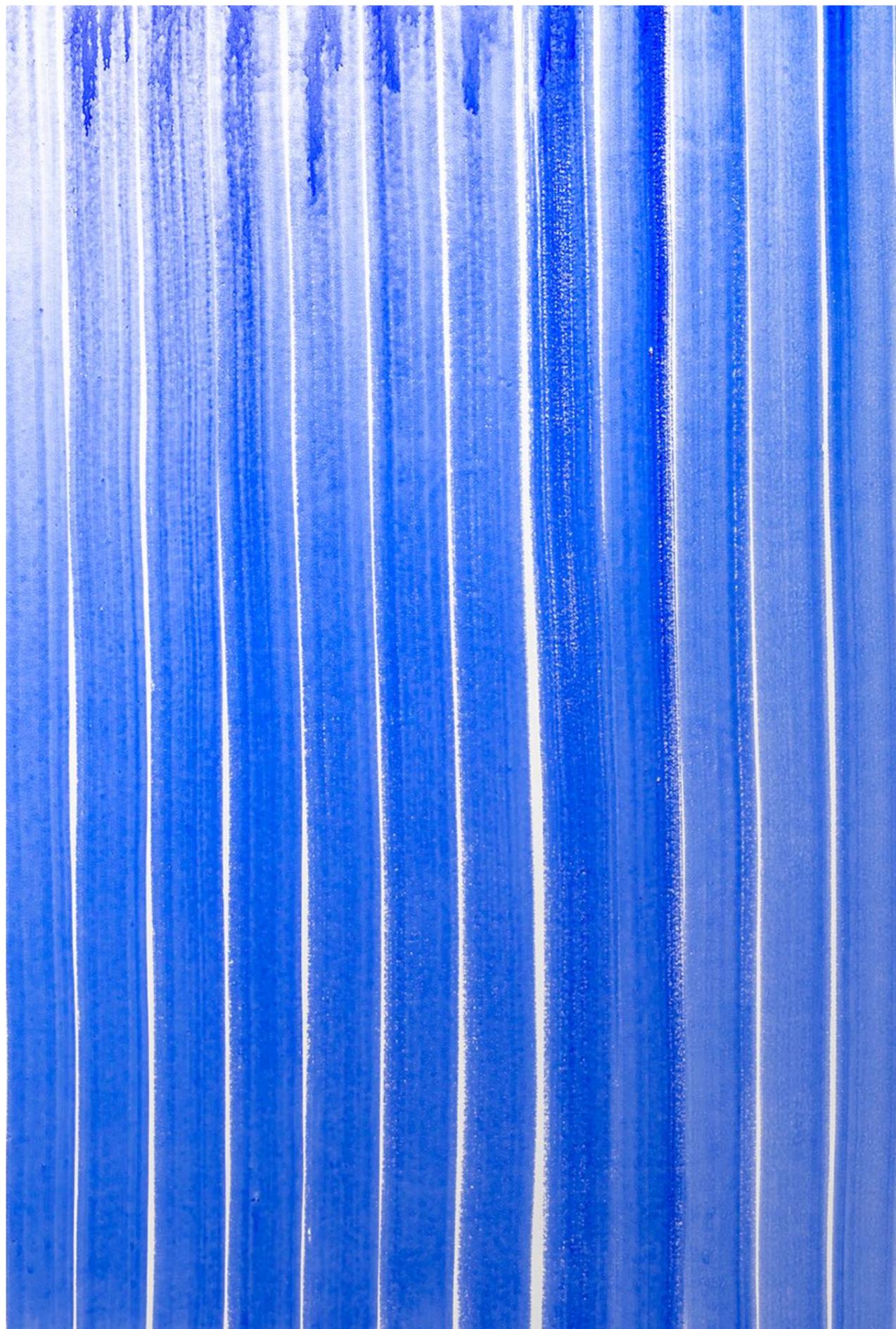
Breathe with Me

Igalaani



BREATHE
WITH ME

Pulaaq igalaamut qalipaasoq



Breathe with Me: workshop-it

Piareersarnermi atortussat

Breathe with Me workshop-ini anguniakkat
Anersaartoriaatsit anersaartornermullu sungiusaatit
Breathe with Me workshop-inut piareerneq
Anersaartornerup pisariaqartuunera pillugu
Puagut pillugit

Workshop-ini atortussat

Aallarnisaalluni apeqqutit
Changing Breath (Anersaartornerup allanngornera)
Sphere Breath (Ammalortumi anersaartorneq)
Geometric Breath (Geometriskimik anersaartorneq)
Elevator Breath (Elevatoritut anersaartorneq)
Bee Breathing (Igutsattut anersaartorneq)
Lungs in a Bottle (Puaat puiaasami)
Inflatable Cube (Issoqqaariffaarissoq pullattagaq)
Breathing Flags (Erfalasut anersaartuutit)
Breathing Circle (Iloqqasunngorluni anersaartorneq)
Breathing Feathers (Meqqut anersaartuutit)
Breathing Diary (Anersaartornermik ullorsiutit)

**BREATHE
WITH ME**

Workshop-ini anguniakkat

Piareersarnermi atortussat

Breathe with Me-mi workshop-it siunertaraat peqataasut timiminni pisartut pingaarnarpaat ilaannik, tassalu anersaartornermik, amerlalluinnassusilimmik paasinninnissamat ilitsersornissaat. Pingaarnertut siunertaavoq peqataasut maluginiarluakkamik namminneq anersaartornermik pillugu paasinnillutillu ilisimasaqalernissaat.

Peqataasunut ilisaritinneqassaaq maluginiarluakkamik anersaartornerup sunaanera, aamma anersaartornerup qanoq timitta pisinnaassusii, silarput attaveqatigiissinnaassuserpullu sunnertarnerai. Ulloq naallugu anersaartortaratta, peqataasut workshop-ini misigisatik namminneq ilaartorlugit ingerlaqqeriarsinnaapput.

Breathe with Me-mi workshop-it tunngaviusumik najoqqutassanik arlalinnik pissarsiffiussapput, anersaartornermullu atasumik misigissutsitigut timikkullu misigisat pillugit apeqqutit sammissallugit, kiisalu anersaartornermi periutsit misiligaanerillu peqqissaartumik toqqakkat sammissallugit.



A STRESSED BREATH.

Imilertakkanik qalipagaqaq, Jeppe Hein

BREATHE
WITH ME

Anersaartornermi periutsit Yoga-mik ilinniarnermi ilisimatusaammit anersaartornerullu aqunnissaanut eqqumiitsulioriaatsimit prānāyāma-mit sunnigaapput. Prāna tassaavoq nukik sumi tamaaniittoq silarsuarmullu tamarmut atuuttoq, nunarsuarmi uumassuseqartuni tamaniittoq silarsuarmilu tamarmiilluni. Prānāyāma-mi yogartartoq maluginiarluakkamik illumut anersaartarpoq, ipummertarluni silammullu anersaartarluni, tamannalu kikkunnulluunnit oqimaaqatigiissumik inuuneqarumasunut sakkuuvoq pingaarutilik.

Anersaartornerup takussaasunngortinnissaa arlalitsigut unamminartoqarsinnaavoq, minnerunngitsumik silaanaap avatangiisitta ersinngitsuunera pissutigalugu, taamaammat anersaartornermik sungiusaatit misileraanerillu siunertaraat, inuttut anersaartoriaatsitta nuannersunngorlugu ilinniutaasinnaanngorlugulu takussaasunngortinnissaa. Supooreriaatsit misileraalluni isumaqarluartumik sungiusaatinut naapertuupput, teoretiskiusumik tigussaasumillu ataatsimoortitsinissamat ilisimasaqalernissaq periarfissikkamikku.

Anersaartoriaatsit anersaartornermullu sungiusaatit

Piareersarnermi atortussat



Imilertakkanik qalipagaq, Jeppe Hein

Anersaartorneq tassaavoq inuunermi nammineerluni iliuuserisaq siulleq kingullerlu. Timip ilua avatangiiserisanut atassuserpaa. Nunarsuup Kangiani Kitaanilu nakorsaaqarnikkut upperisarsiornermilu ileqqulersuutini amerlaqisuni anersaartorneq pingaaruteqarpoq – eqqarsaatigiinnariaruk kristumiussutsimi Guutip anersaava uummartitsisuuvoq imaluunniit griikeritoqqat oqariaasiat Anemoi, anorip guutiinut tunngasoq, anorip sammiviinut silallu pileqqaarneranut attuumatinneqartumik.

Anersaartorneq tunngavigalugu periutsit, soorlu yogami imaluunnit meditation-imi – ikiorsinnaavaatigut malussarluarniarnissamut, eqqarsaatitta salinnissaannut qasukkarnissamullu. Buddhasiortut hinduillu fænomenologiiani sammineqarpoq maluginiarluakkamik anersaartorneq, mindfulness aqutigalugu silaqassutsip allanngorsinnaaneraniq ileqquusooq tunngavigalugu. Maluginiarluakkamik anersaartorneq attuumassuteqarpoq kiffaanngissuseqarneq imminullu aqutarineq pillugit eqqarsariaatsinut.

Eqqarsartaatsikkut timikkullu ilungersuanerup nalaani anersaartornerup aqutarisnaanerata, avatangiiserisat qanoq paasinerat sunnertarjaa. Peqataasut anersaartornermi periutsinik ilinniartinnerisigut misileraatinnerisigullu siunertaraarput, anersaartornertik pillugu kiisalu tamatuma qanoq pitsaasunik inuunerminnut sunniussinnaaneranik ilikkagaqartinnerunissaat.

BREATHE
WITH ME

Workshop-inut piareernej

Piareersarnermi atortussat

Breathe with Me-workshop-inut piareersaatitut inassutigaarput anersaartoriaatsit misileraanerillu peqqissaarluta toqqarnikuusagut atuaqqullugit. Piffis-sarisaq peqataasullu qassiunerat apeqqutaatillugu arlalitsigut nikerartitsisoqarsinnaavoq. Ilorrisimaarnartumik, attaveqatigiiffiulluartumik isummersoreerfiunngitsumillu katerisimaartoqartillugu, workshop-it ingerlakkuminartaqaat, piareersarujussarnissarlu pisariaqartarani.

Siullertut ilisimasariaqarpat inuup puai qanoq suleri-aaseqarnerisut. Peqataasut annertunerusumik paasisaqartinniarukkit, ilinnut pingaartuuvoq anersaartornermi timimi qanoq pisoqartarnerata ilisimanissaa. Taamaammatt naatsumik ilitsersuutit ilinnut piareersarpagut. Tullinnguullugu aallarnisaalluni apeqqutit sammikkit. Siunnersuutigisagut ilaartorsinnaavatit, imaassinnaavormi anersaartornermi pisartut ilaat immikkut sammerusukkit. Naggasiullugu anersaartoriaatsit misileraanerillu ingerlassinnaavatit, allanik saqqummiussaqaartinnak. Peqataasut malussarluarniartinnissaannik ilinniartit-tussaagakkit, pisariaqarpoq illit ilitsersuisutut suliasavit toqqissisimanartinnissaat.

Workshop-imi anersaartoriaatsit misileraanerillu qassiunissaat illit nammineq aalajangissavat. Taamaakkaluartoq inassutigaarput anersaartoriaaseq ataaseq workshop-imut aallarniutigisagit. Taamaaliornerup peqataasoq takorluuisinnaassutsimi atorluarnissaanut inissaqartilissavaa. Aallarnisaanerup immikkoortuata aappaani aallarnisaalluni apeqqutit sammineqassapput.



A GOOD BREATH...

Imilertakkanik qalipagaq, Jeppe Hein

BREATHE
WITH ME

Workshop-ernermi peqataasut malinnaalluarnissaat anguniarlugu eqqarsaatigisinnaavat anersaartoriaatsit misileraanerillu paarlakaannissaat. Workshop-it naggaserlugit "Anersaartornermik ullorsiutini" sungiusaatit sammisittakkit, tassuunakkut peqataasut ataasiakkaat itisilerinissaat eqqarsaatersornissaallu perarfissaqarmat.

Anersaartoqatigiinnermut peqatigigatsigut uumammit pisumik qujavugut! Ilanngukkumasat, assit filmiialluunniit upload-ikkitt taamatullu Breathe with Me-mi suliniutaasinnaasunut workshoppi-nullu isumassarsiat - **Instagram** aqqutigalugu hashtag una atorlugu: **#breathewithme**. Takussutissiat uani takuneqarsinnaapput: **www.instagram.com/breathewithmeandtheworld**.

Anersaartornerup pisariaqartuunera

Piareersarnermi atortussat

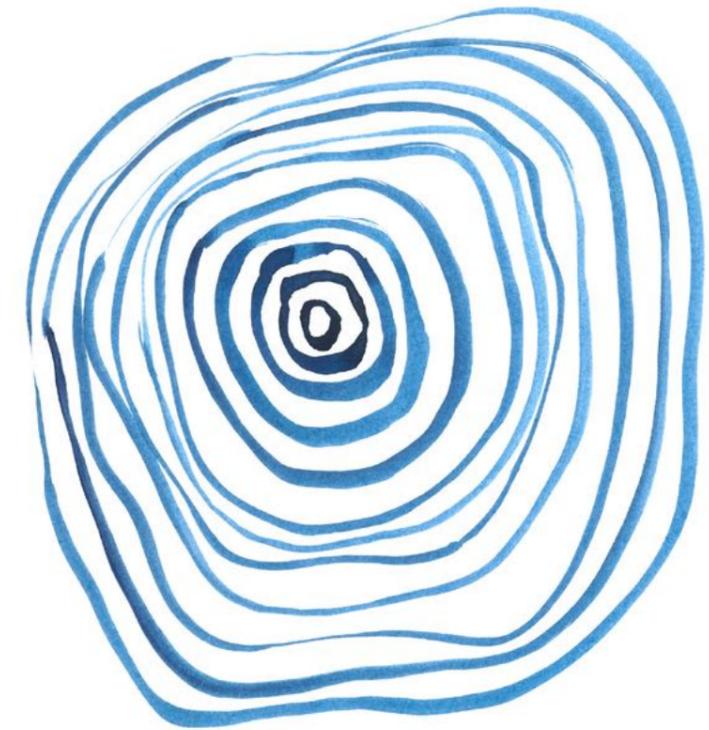
“Inuuneq ilummut anersaariarnermik aallartittarpoq kipisarlunilu silammut anersaariarnermik. Taakku akornanni anersaartortarpugut assigiinngitsunillu inuuneqarluta. Taamaakkaluartoq anersaariarnerit tamaqqinnaamik ataatsi moortippaatigut, attaveqatigiissilluta silaannarmik ataatsimik avitseqatigiissilluta.”

Jeppé Hein

Anersaartorneq inuunermut assersuutaavoq pinga aruteqartoq, tassaminunamiumassusillitsilaannaap iltia pisariaqartippaat. Tamanna tamarluinnatsinnut pingaartuuvoq tamattalu ataqatigiillersilluta.

Ullut tamaasa 21.600-it missiliorlugit anersaariartarpugut, minutsimut anersaariarnerit 15-it missaanniittarlutik. Anersaariarnerit taakku amerlanersaat malugineqartanngillat eqqarsaatigineqartaratillu, assigiiaarnertik nalinginnaasumillu takussaasuunnginnertik pissutigalugu. Taamaakkaluartoq silaannaap anersaartornerullu inuunitsinnut akooreenera takuniarukku, inuit eqqanniittut qimerluuinnaarsinnaavatit, malugissavallu tamatta ataqatigiissuteqartugut, tassalu sakissatta aalaneri, anersaartornissap pisariaqassusia.

Anersaartornerup kaajalukaarneri avataaneersunik inummeersunillu assigiinngitsorpassuarnit pitsaasumik pitsaanngitsumillu sunnerneqarsinnaapput. Anersaartornerput nalinginnaasumik ersinngik kaluortoq misigisinnaavarput, tusaasinnaavarput ilaannilu naamasinnaallugu. Aalataartuutuvoq, kisianni at-aavartuugaluarluni aammalu ilummut silammullu anersaariartarnigut assigiiaartumik iluseqartaraluartut, anersaartornerput nikerarsinnaavoq misigissutitsinnut, soorlu tupaallannermut, nuannaarnermut ersiornermut annilaanganermullu attuumalluni.



Imilertakkanik qalipagaq, Jeppé Hein

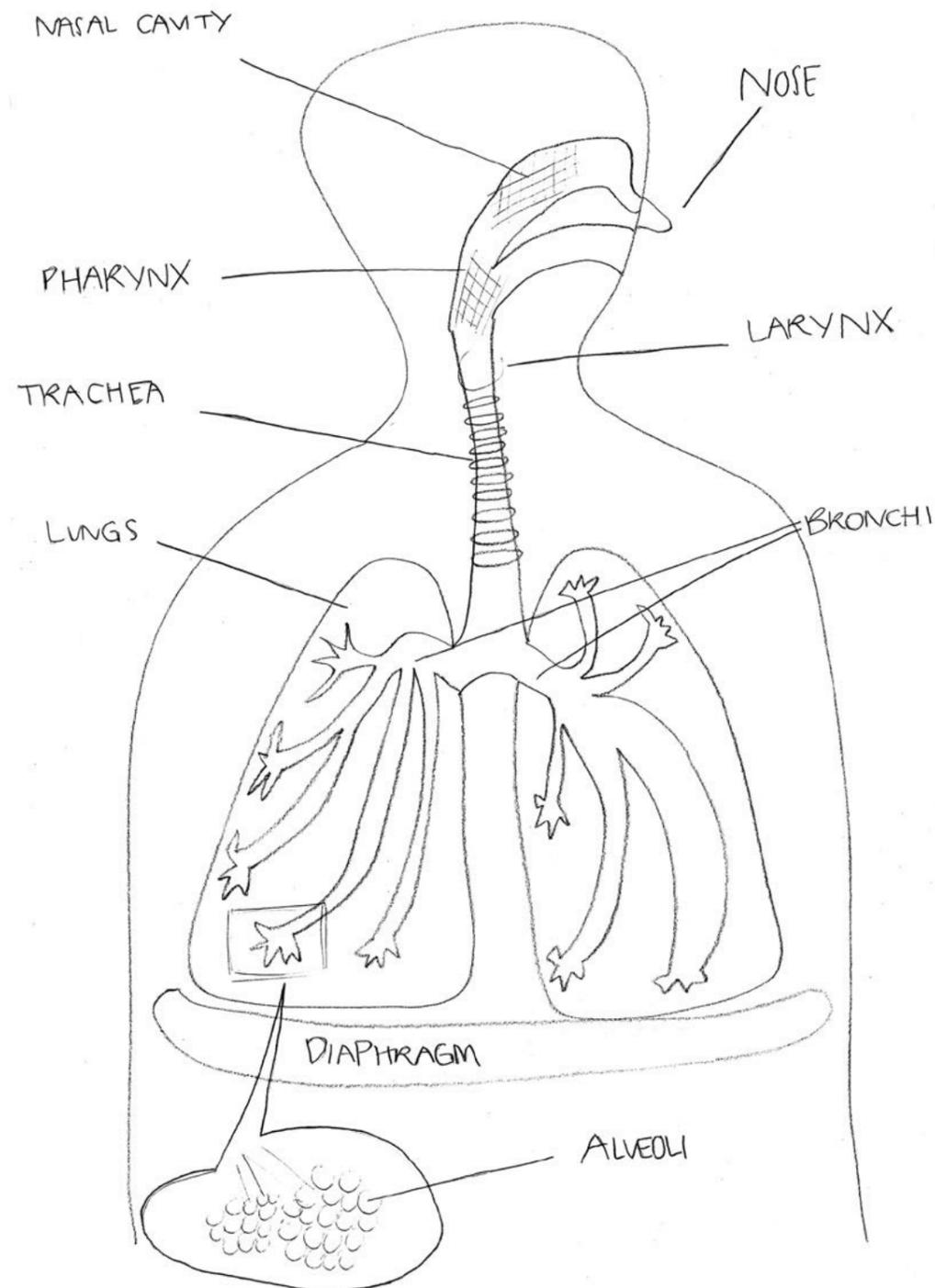
Misigissutsit pineqartut pakkersimaarnissaannut mindfulness inuunermi sakkuusinnaavoq pingaarutilik. Ulloq stresserfiusoq naggaserlugu eqqarsaatinik "imaajaanerup", malinnaalluarniarnerup ilukkullu oqimaatigiissutsip pilerseqqinnissaat ikorfartortarpaa, taakkulu tamarmik pisariaqarput inuttut ilivitsunngoqqinnissamut ilukkullu eqqissinissamut. Misigissutsit pissusaannik paasinnilluarnarunissamut, qanorlu maluginiarluakkamik anersaartornikkut nammineq peqataaffigisamik aqutsinissamik ilinniar-nissamut periarfissiinikkut, workshop-inut peqataasut ilinniartinneqassapput maluginiarluakkamik anersaartornikkut nalorninartut annikillisarneqarsinnaanerini.

Anersaartorneq tassaavoq nunarsuarmik attaviginnittuarneq – najuuttuutuavoq aammalu attaveqatigiinnermut oqaatinullu tunnga-viulluni, aammalu timip tarnillu pissusiinut oqariartuutaavoq pingaarutilik. Taamaammat anersaartornerup aqutarineratigut imminermut attuumassuteqarneq nunarsuarmullu tamarmut ataneq ataqatigiissinneqartarput. 'Allat peqatigalugit nunarsuarmiinnermik' maluginniffiusumik ilummut silammullu anersaartornerup, imminut tatiginerit, allanut attaveqarsinnaanerit naggataatigullu imminut attaveqarfigisinnaanerit nukittorsassavai.

**BREATHE
WITH ME**

Puagut

Piareersarnermi atortussat



Anersaartornerup aqquai

Anersaartornitta pingaaruteqassusia paasilluarumallugu pingaartuuvoq anersaartornitsinni timitsinni pisartut paasinissaat. Inunni miluumasunilu allani timip anersaartornermut atortui marloqiussaapput, silaannaap aqquai qullit alliillu. Siullernut ilaapput qingaq, kiinnap saarngini qarajaaraq, iggiaq toqqusaallu ilanngullugit; torluk, puat aamma puanni sulluaqqat alveolillu allernut ilaallutik.

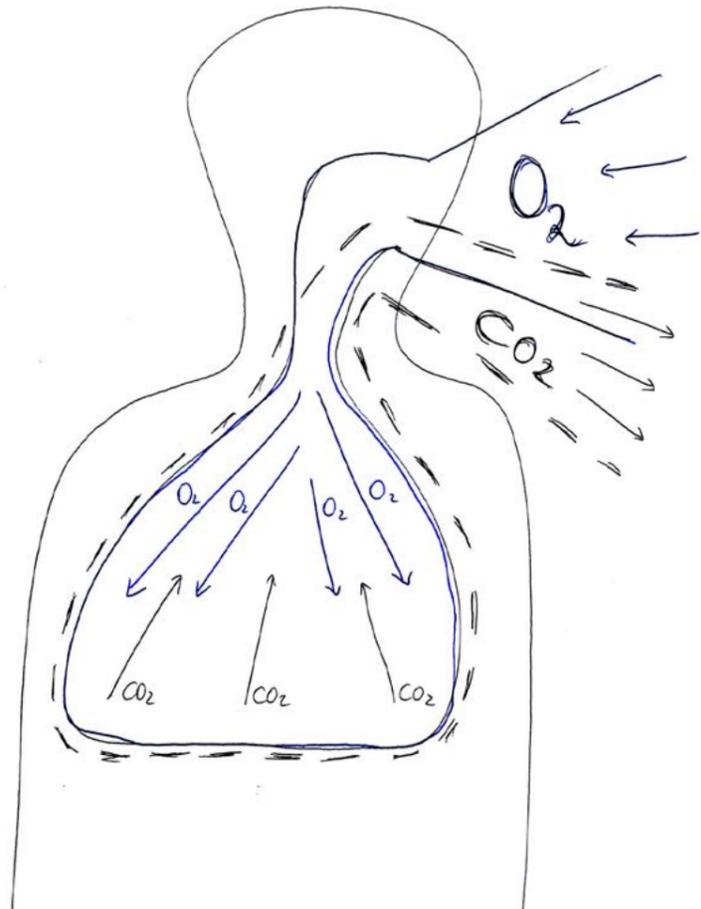
Anersaartuutini atortut tamarmik immikkut atuuffeqarput: qingaq naamasaqarnermut atortarpoq, kiinnami saarngit qarajaanni silaannaq anersaartugarput salinneqartarpoq, isugutsersarneqarluni kissatsinneqarlunilu, iggis-sakkut silaannaq puanni sulluaqqanut ingerlaartarpoq. Iltip CO^2 -llu timimi paarlaattarnerat inuunermt pingaaruteqarluinnartoq alveolini pisarpoq, qooqqaq nipip pilersarneranut pingaaruteqarpoq. Kanajaat nukiuvoq sakissanik naanillu immikkoortitsiinnarani, kisiannili aamma eqittarnera qasukkartarneralu anersaartornermut pingaaruteqarluinnartoq.

Illummut anersaariarnermi kanajaat ammut nikeriartarpoq, najungasullu akornanni nukit sakissat neruttortittarpaat, taamaalillunilu puagut pullanneqartarlutik. Tulliullugu silaannaq iltimik akulik qingatsigut qanitsigullu millugunneqartarpoq, anersaartornerullu aqquaatigut allertigut alveolinut ingerlaartarluni, tassanilu ilti CO^2 -lu inuunermt pinngitsoorneqarsinnaanngitsimik paarlaattarput. Silammut anersaariarnermi kanajaat najungasunilu nukit qasukkartarput. Kanajaat qumukkartarpoq sakissanilu inissaq millisaruni, tamatumalu kinguneranik puat silaannaartarlutik, silaannarlu CO^2 -mik akulik qingatsigut qanitsigullu anisaruni.

BREATHE
WITH ME

Puagut

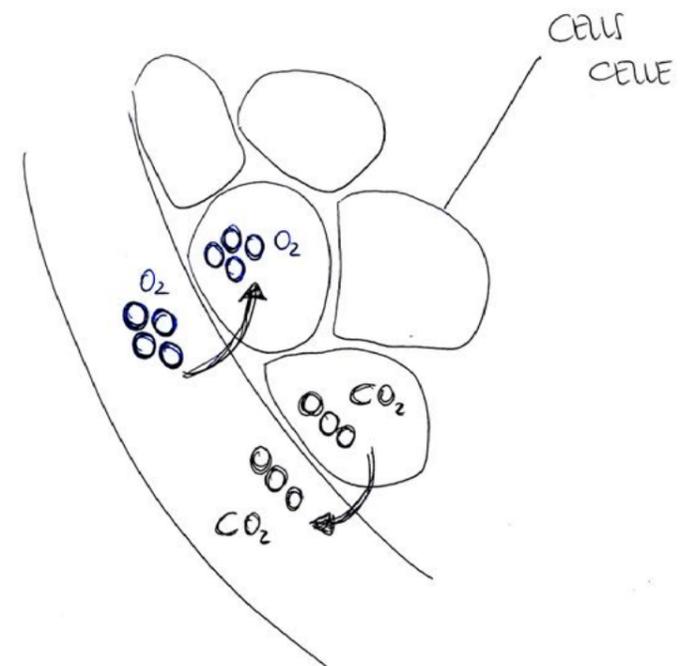
Piareersarnermi atortussat



'Avammut' anersaartorneq

Ilisimatusarnermi immikkoortinneqartarput 'avammut' aamma 'illummut' anersaartorneq. 'Avammut' anersaartorneq pineqarpoq ilitip CO_2 -llu puanni paarlaattarnerat, aatta iltilersorneranut pinngitsoorneqarsinnaanngitsaq. Illummooraangatta timerput iltilersorneqartarpoq, silammoornitsinni CO_2 timitsinni taqqaneersaq aniatinneqartarluni. Soqutiginarpuvoq gassit (ilt aamma CO_2) 4%-iinnaat allanngortarmat.

'illummut' anersaartorneq aamma cell-tigut anersaartorneq taaneqartartumi pineqarpoq inuussutissanik timimi uutsinertut pisoqarnera, cellini pisartoq. Tassunga attuumalluinnarput timitsinni nerisassat uunneqartarnerat, qaratsatta sulinera aamma nukit sukattarnerat. Anersaartorneq timitta qeqqani pisarpoq inuttullu inuunitsinnut pingaaruteqarlunnarluni. Taamaangippat celletta timerput pisariaqartunik nukissaqartissinnaassanngilaa, timip peqqillunilu ingerlalluurtup pisariaqartitaanik.

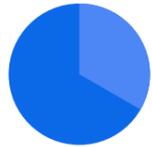


'illummut' anersaartorneq

BREATHE WITH ME

Aallarnisaalluni apeqquitit

Workshop-ini atortussat



Minutsit 20-t

Sooq anersaartortarpugut?

Anersaartorneq sunaava?

Anersaartortilluta timimi susoqartarpa?

Anersaartorneq qanoq misinnarpa imaluunniit qanoq nipeqarpa?

Qanoq pisoqartillugu anersaartornerpaasarpit?

Anersaartornerpit akulikissusia allangorukku qanoq pisoqassava?

Tamanna qanoq takutissinnaaviuk?

Kikkut allat anersaartortarpat?

Sooq anersaartorneq uatsinnut taama pingaartigiva?

Ilaalu ilanngullugit...

Qanoq...

Peqataasut ataatsimoornerminni toqqissisimasut ilorrisimasutullu misiginissaat isumagiuk. Tamanna anguniarlugu peqataasut qinnuigisinnaavatit kaajalukaaqqullugit imminnullu ilisaritillutik, atertik taallugu ilatillu qungujullugit. Peqataasut iloqqasunngorlugit issaatikkik, ammasumik avatangiiseqartinniarlugit.

Workshop-i aallarnerlugu apeqqutiginiakkatut piareersareersi-masatit apeqqutigikkik. Oqallinneq sam-mivilersorsinnaavat anersaartorneq persuarsionnanngitsumik innersuuttarlugu aamma peqataasut ataasiakkaat akissutaasa imminnut atalersinniarnerisigut.

Anguniagaq

Workshop-ernerup aallartilernerani uani pingaartuuvoq, peqataasut soqutiginnilersinnissaat sammisamillu mallussarniarnerisa kaammattornissaat.

The Global Goals (Nungusaataanngitsumik ineriartortitsinermi anguniakkat)

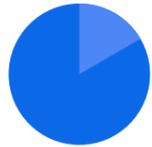
Breathe with Me 2030-mut pilersaarummut tassanilu nungusaataanngitsumik ineriartortitsinissamut anguniakkanut 17-inut arlalitsigut attuumassuteqarpoq, kisiannili immikkut ukua isiginiarlugit:



BREATHE
WITH ME

Changing Breath (Anersaartornermik allannguipeq)

Workshop-imi atortussat // Anersaartoriaaseq 1



Minutsit 10



Imilertakkanik qalipagaq, Jeppe Hein

Qanoq...

Peqataasullu akornassinni inissaqarluarnissaa isumagiuk. Sequnngerit ilorrisimanartumillu nikuillutit tunuaamilaarlutit kimmitit natermut tutsilluarlugit. Anersaartornerit malugilluarniaruk.

Piareertutut misigiguit pississalissaatit, maluginiarlugulu anersaartornerit qanoq allanngornersoq. Paarlaallugu nipilersuut nuannarinerpaasat atorsinnaavat qitillutillu – sungiusaammi uani pingaarnerpaavoq anersaartornerpit sukatsinnissaa.

Anersaartornerit sukatsittoq misigilerukku ilorrisimaarnarnerpaatitannik natermut nallarit ingilutilluunniit. Naatit sakissallu assannik attukkit. Sequnngerit timivillu aalanera malinnaavigalugu. Maluginiaruk anersaartornerit tillernerillu qanoq arriiliartornerisut, nalinginnaasumik pissuseqalernissamik tungaanut.

BREATHE
WITH ME

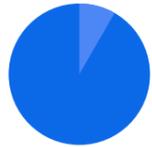
Anguniagaq

'Anersaartornermik allannguipeq' nammineq timimut atassuteqalersitsisarpaq, anersaartornerup, tillernerup uummatillu tillernerata imminnut ataqatigiinnerat pingaartinneqarmat.



Sphere Breath ('Pullartamik' anersaartorneq)

Workshop-imi atortussat // Anersaartoriaaseq 2



Minutsit 5



Qanoq...

Sequnngerit ilorrisimanartitannillu nikuillutit. Takorlooruk pullartaq ersinngitsoq illuttut assannik saanni tigummillugu, taannalu illumut anersaaraangavit allisartog silammooraangavillu millisarluni.

Piareertutut misigiguit arriitsumik assatit avis-saartikkiartukkit, qinngakkut illumut anersaajutigalutit. Taava assatit imminnut qanilliseqqikkit silammut anersaajutigalutit. Eqqaamajuk 'pullartaq' assanniimmat. Sungiusaat 20-t missaanni imaluunniit ilorri-simanartinnera tamaat uteqattaaruk.

Anguniagaq

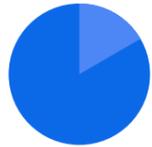
'Pullartamik anersaartornerup' illumut silam-mullu anersaartornitsinni timitta aalaasii takus-saasunngortittarpai. 'Pullartaq' takorluugaq allillunilu millisarpog, sakissatta anersaartornitsinni aalanerat assigalugu, eqqarsaatitta ersarissinissaannut ilukkullu eqqisinissatsinnut ilitsersortutut illuta.



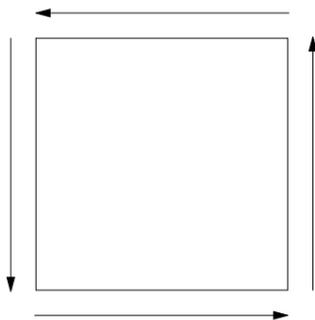
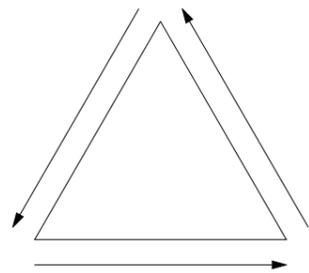
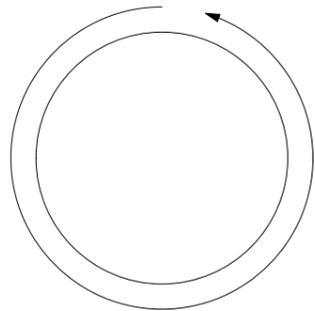
BREATHE
WITH ME

Geometric Breath (Geometriskimik anersaartorneq)

Workshop-imi atortussat // Anersaartoriaaseq 3



Minutsit 10



Qanoq...

Peqataasullu akornassinni inissaqarluarnissaa isumagiuk. Sequnngerit ilorrisimanartumillu nikuillutit tunuaam-ilaarlutit kimmitit natermut tutsilluarlugit. Anersaartornerit malugilluarniaruk.

Piareertutut misigiguit, silaannarmi nigalik "titartassavat". Kaajallarianeq tamarmi tassaavoq illumut silammullu anersaarnaq. Nalunaaqutaq malillugu illumut anersaarit, illuanullu silammut anersaarlutit. Sungiusaat anersaariarnerit qulit missaanni, sungiusaatip tulliata ingerlannissaanut piareertutut misiginissavit tungaanut uteqattaaruk.

Tulliullugu silaannarmi pingasunik teqeqqulik "titartaruk". Maanna ipummersimaarnek ilanngutissavarput. Pingasunik teqeqqullip saneraa ataaseq tassaavoq illumut anersaarnaq, tullia ipummerneq pingajuallu silammut anersaarnaq. Sungiusaat anersaariarnerit qulit missaanni, sungiusaatip tulliata ingerlannissaanut piareertutut misiginissavit tungaanut uteqattaaruk.

Naggasiullugu kippariffaarissoq "titartaruk". Maanna ipummernerit marlukilanngutissavagut. Kippariffaarissup sanerai ataasiakkaat tassaapput: illumut anersaarnaq ataaseq, ipummerneq ataaseq, silammut anersaarnaq ataaseq ipummernerlu ataaseq. Sungiusaat qulit missaanni imaluunniit ilorrisimanartinnera tamaat uteqattaaruk.

Anguniagaq

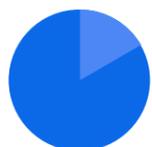
'Geometriskimik anersaartornermi' ipummernerup taassuminngalu aqutsinerup sunniutigilluartagai isiginiarneqarput. Illumut silammullu anersaartuutigaluta ipummertarlutalu silaannakkut kippariffaarissumik "titartaanitsigut" ilukkut qasukkarneq ilukkullu eqqisineq misigissavagut.

BREATHE WITH ME

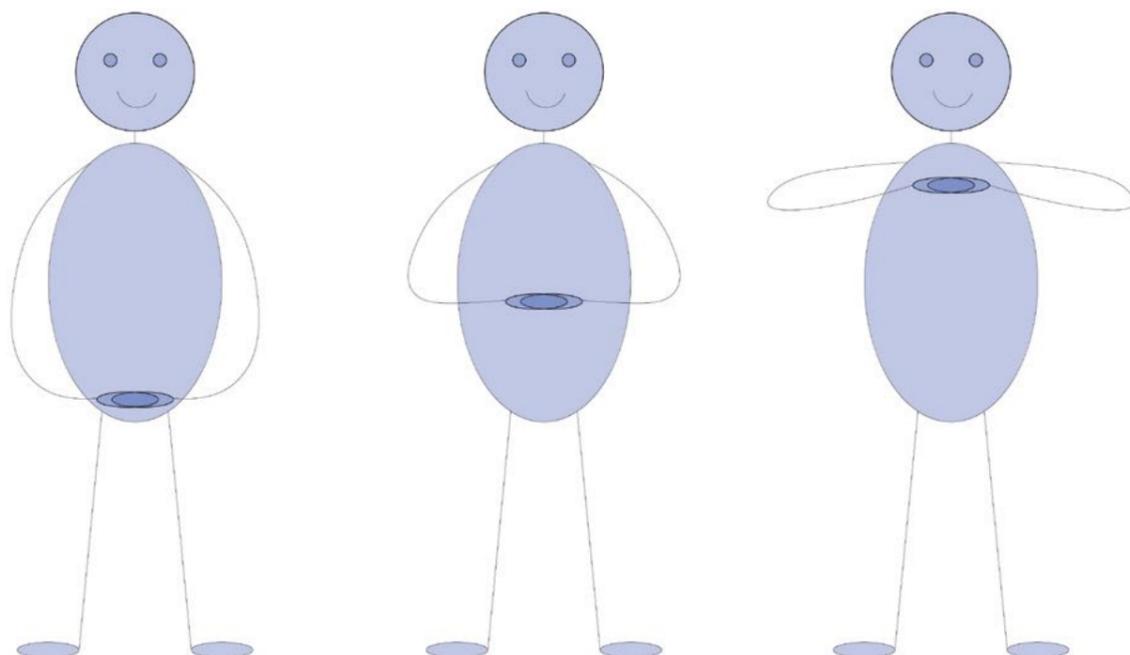


Elevator Breath (Elevatoritut anersaartorneq)

Workshop-imi atortussat // Anersaartoriaaseq 4



Minutsit 10



Qanoq...

Sequnngerit ilorrisimanartumillu nikuillutit tunuaamilaarlutit kimmitit natermut tutsilluarlugit. Anersaartornerit malugilluarniaruk. Isitit quleriarlutit kaajalukaartikkitt. Anersaartornerit maluginiaruk.

Piareertutut misigiguit, assatit naannut inissikkitt, anersaartornerillu naanni maluginiarlugu, arriitsumik illummut silammullu qinngakkut anersaartuutigalutit. Tamanna quleriarlutit uteqattaaruk.

Assatit qaleriisillugit itummatit qummut saatillugit illummut itisuumik anersaajutigalutit talitit kivikkiartuaakkitt. Talitit sakissavit nalaaniilerpata unitsikkitt. Silammut anersaarninni talitit aqqakkitt. Maluginiarluaruk assappit anersaartornerit timit aqqusaarlugu qanoq aqunneraat – naat sakissallu tamaasa ilanngullugit anersaartorit. Sungiusaat quleriarlutit imaluunniit ilorrisimanartinnera tamaat uteqattaaruk.

Anersaartornerit akuttoqatigiilerpat illummut anersaarnitit tamaasa talitit niaqqut qulaallugu kivittakkitt, silammullu anersaarninni arriitsumik aqqarlugit. Sungiusaat 20-t missaanni imaluunniit ilorrisimanartinnera tamaat uteqattaaruk.

Anguniagaq

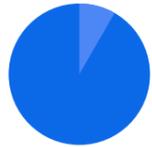
'Elevatoritut anersaartornermi' pineqarpoq nunamut tunnganermik misiginissaq. Itisuumik anersaartornermi illummut silammullu anersaarnitit talillu kivillugillu aqqartarnerisa timi tarnilu sunnerlugillu qasukkartittarpai.



BREATHE
WITH ME

Bee Breathing (Igutsattut anersaartorneq)

Workshop-imi atortussat // Anersaartoriaaseq 5



Minutsit 5



Imilertakkanik qalipagaq, Jeppe Hein

Qanoq...

Peqataasullu akornassinni inissaqarluarnissaa isumagiuk. Sequnngerit ilorrisimanartumillu ingillutit. Anersaartornerit malugilluarniaruk.

Tikinnik siutitit illuttut matukkit, avataanilu nipiusinnaasut tusaaniarunnaavillugit. Qinngakut itisuumik illumut anersaarit, qanikkullu silammut anersaarlutit, silammut anersaariarnerit illumut anersaarnerniit sivisunerutiguk. Taamaaliornerit quleriarlutit maluginiarluak-kamik uteqattaaruk, sungiusaammut ilaatillugu igutsappalaartumik nipiliornissannut piareertutut misiginissavit tungaanut.

Suli sequngerlutit silammut anersaariarnerit ilutigalugu igutsattut nipiliulerit. Peqataasut tamarmik assigiinngitsunik anersaariaaseqarmata immikkut illuinnartunik nipiliortoqalissaaq. Nipit eqqarsaatigilikkavit suulluunniit ingerlaartinnissaannut atukkit. Sungiusaat 20-t missaanni imaluunniit ilorrisimanartinnera tamaat uteqattaaruk.

BREATHE
WITH ME

Anguniagaq

'Igutsattut anersaartorneq' ingerlaannartumik eq-qissititsisarpoq, misigissutsinnnullu pitsaasumik sun-niuteqartarluni.



Lungs in a Bottle (Puaat puiaasami)

Workshop-imi atortussat // Anersaartornermut sungiusaat 1



Minutsit 20-t



Atortussat

- Puaasakoq plastikki 1, ataagut kipisaq
- Milluaat pappialaq 1, qeqqatigut avitaaq
- Pullattakkat angisuut 3
- Tasisuaartut (elastikkitt) 2
- Modellervoksi
- Qiuutit

Qanoq...

'Puaat puiaasami' sananiarlugit pullattakkat marluk, elastikkitt milluaatillu piariikkitt. Taava milluaatit elastikkimik pullattakkanut qajannaarlugit ivertissavatit. Pullattakkat suli pullanneqanngitsut marluk tassaapput puaat, milluaallu tassaalluni torluk aamma puanni sulluaqqat.

Tulliullugu 'puaat' puiaasap iluanut ikkutikkitt, milluaatit puiaasap qulaani nuisatillugit, puiaasallu qulaa modellervoksimik ussissarlugu. Taanna ussittariaqarpoq sungiusaat iluatsissappat.

Pullattakkat pingajuat qioruk puiaasap ataani ammarnga taassuminnga milissinnaanngorlugu. Puiaasap naqqani ammarnga pullattakkamik miliguk. Maanna 'puatit' piariissapput. Pullatagaq puiaasap naqqaniittoq tas-saavoq 'kanajaat', taannalu ammut nusukkukku pullattakkat puiaasap iluaniittut pullassapput, iperarukkulu pullaassallutik.

Anguniagaq

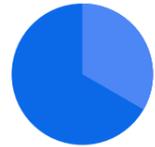
Sungiusaat 'Puaat puiaasami' aqutigalugu takussaangitsup takuneqarsinnaalersinneratigut paasinissaa anguniarneqarpoq. Timitta atortuisa nukiillu anersaartornitsinnut atortartut imminnut ataqatigiinnerat tassuunakkut paasiuminarsarneqarpoq.



BREATHE
WITH ME

Inflatable Cube (Issoqqaariffaarissoq pullattagaq)

Workshop-imi atortussat // Anersaartornermut sungiusaat 2



Minutsit 20-t

Qanoq...

Pappiala aqerluusarlutit tigukkit, anersaartornerillu eqqarsaatigalugu. Eqqarsaatit misigissutsitillu saq-qummersut allakkit. Allalersinnak oqari artuutiginiakkat eqqarsaatigeqqaalaaruk.

'Issoqqaariffaarissoq pullattagaq' ilitsersuummi takutitatut suliaruk. Peqataasut tamarmik naammassinissat utaqquuk. Peqataasut tamarmik issoqqaariffaarissoq ataatsikkoorlutik 'pullassavaat', maannakkorpiarlutit pisumik misigisaqatigiillutik.

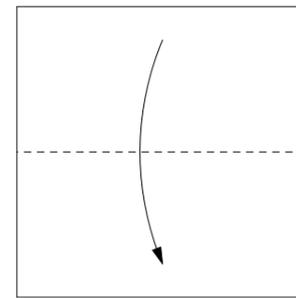
Anguniagaq

Sungiusaammi anguniagaavoq malussarluarniarnissaq eqqarsaatinillu oqaasinngortitsinissaq, 'issoqqaariffaarissoq pullattagaq' tassaalerluni misigissutsinnut toqqorsivimmut assersuut.

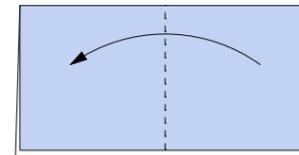


Atortussat

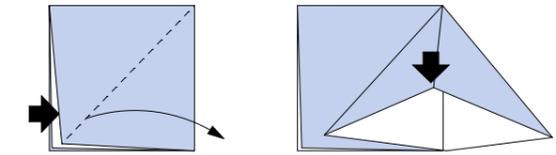
- Pappiala, 20cm x 20cm
- Aqerluusut qalipaattillit
- Qup. 62-imi ilitsersuut naqitaq (ataaseq marluunneqassaaq)



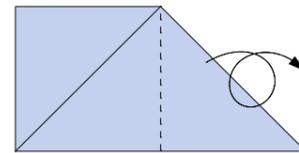
1. Qulluguk



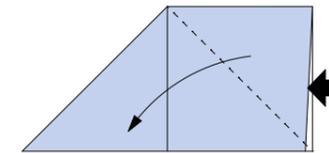
2. Qulluguk



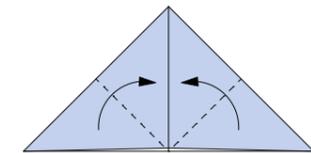
3. Ataaticut tooqqallugu qulleq talerpimmut illikaruk pappialalu manissarlugu



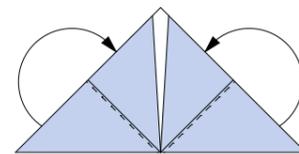
4. Pappiala mumiguk



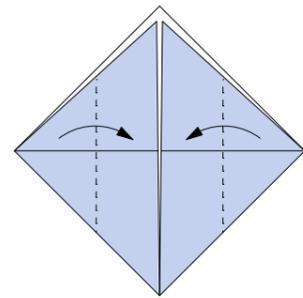
5. 3 uteqqiguk



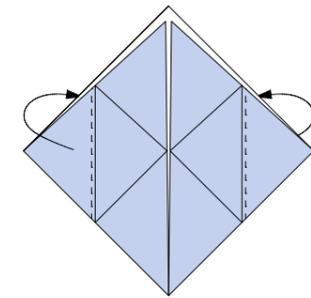
6. Qallit qeqqanut ima qullukkit



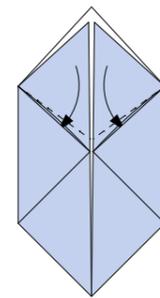
7. Mumiguk, teqqeqquiniillu qeqqanut ima qullullugit



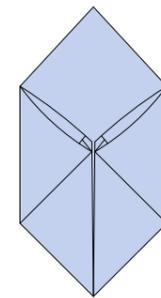
8. Teqqeqqui qullit titarneq kipisaartoq malillugu qullukkit



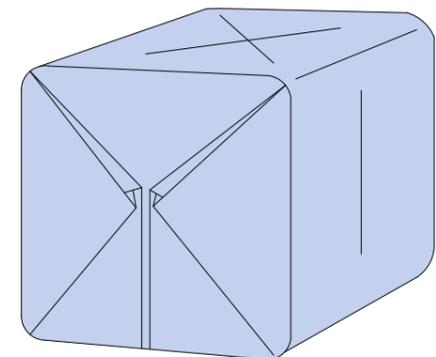
9. Mumiguk naqqanilu teqqeqqui titarneq kipisaartoq malillugu qullullugit



10. Isui saneraanut ikkutikkit



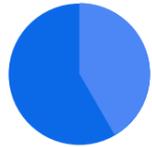
11. Naqqaniit pullaguk



BREATHE WITH ME

Breathing Flags (Erfalasut anersaartuutit)

Workshop-imi atortussat // Anersaartornermut sungiusaat 3



Minutsit 25-t



Atortussat

- Annoraassiaq qaqrtoq A4-nngorlugu qiortagaq
- Annoraaminernut qalipaataq tungujortoq taartoq imermik akusagaq
- Qalipaatinut akooriffissaq
- Qalipaasiutit ulamertut angissuseq 8-10
- Clipsit imaluunniit akkittartut
- Allunaasaq imusaq

Qanoq...

Assersuutigalugu orpinnut napasunulluunniit pitullugu allunaasaq siaaruk. Annoraaminernut qalipaataq imermik akujuk, 95% qalipaataq, 5% imeq.

Erfalasoq tiguuk anersaartornerillu pillugu kissaateqarlutit. Workshop-ip ingerlanerani periutsit ilinniakkatit eqqarsaatigikkat. Erfalasuq illuani eqqarsaatitit misigissutsitillu allakkit.

Erfalasuq illuatungaatigut anersaartornerit qalipaguk. Sequnngerit anersaartornerillu maluginiarluarlugu. Naatit ilanngullugit illumut anersaartit ipummerlutillu. Arriitsumik silammut anersaartit. Arlaleriarlutit taamaaliorit, anersaartornerpit erfalasuq qalipannissaanut piareernissavit tungaanut.

Qalipaasiutit qalipaataq ilummullu anersaarlutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaartit, amullu titarneq siulleq qalipallugu. Qalipaasiutit qalipaateqqiguk ilummullu anersaateqqiguk. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaartit, titarnerullu tullia qalipallugu. Titarnerit sapinngisamik imminnut qanittuutinniarlugit qalipaagut, qale-riisinnikkaluarlugit. Uteqqiguk annoraaminerlu tamaat qalipallugu. Clipsit akkittartulluunniit atorlugit peqataasut erfalasuq tamaasa alkunaasanut nivinnarsigit.

Anguniagaq

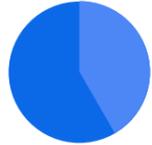
Nammineq anersaartorneq pillugu nipaatumik kissaateqarnikkut, nammineq anersaartornerinut allalu ataatsimoorlutik anersaartornerinut atassuteqalissaatit.



BREATHE
WITH ME

Breathing Circle (Iloqqasunngorluni anersaartorneq)

Workshop-imi atortussat // Anersaartornermut sungiusaat 4



Minutsit 25-t
(inuit qassiunerat
apeqqutaatillugu)



Pulaat tujuuluaqqanut qalipaasut

Atortussat

- Tujuuluaqqat qaortut, errornikuullutillu manissarnikut
- Annoraaminernut qalipaasut tungortoq taartoq imermik akusagaq
- Qalipaasiutit ulamertut 2" (5 cm)
- Qalipaatinut akooriffissaq
- Pap atisanut illersuutissaq
- Qalipaasut tape-at

Piareersaatit

Pap-i qioruk tujuuluaqqap ataatigu atisannut qalipaani illersuutis-satut. Timinnut tape-ruk. Tujuluaqqat qaortut qaortut atisigit. Annoraaminernut qalipaasut tungujortoq akooruk, 95% miss. Qalipaasut, 5% imeq.

Qanoq...

Peqataasut illoqqasunngorlutik inississapput. Maanna sequnngissapput anersaartornerutillu maluginiarluarlugu. Naatik ilanngullugit illumut anersaassapput ipummerlutillu. Arriitsumik silammut anersaassapput. Arlaleriarlutik taamaaliussapput, anersaartornermik tujuuluaqqamut qalipannissaanut piareernissamik tungaanut.

Peqataasut siulleq aallartissaaq: Qalipaasiut qalipaati-teruk illumullu anersaarlutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaarlutit, amullu titarneq siulleq qalipallugu. Qalipaasiutit qalipaateqqiguk illumullu anersaqqillutit. Ipummerit. Arriitsumik silammut anersaarlutit, titarnerullu tullia qalipallugu. Titarnerit sapinngisamik imminnut qanittuutinniarlugit qalipaagut, qaleriisngikkaluarlugit. Uteqqiguk tujuularlu tamaat qalipallugu, taava qalipaasiutit tullinnguuttumut tunniutikkut. Peqataasut tamarmik tujuuluaqqamik qalipaareernissaasa tungaanut periuseq uteqattaassavarsi.

BREATHE
WITH ME

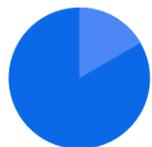
Anguniagaq

Inuup allap tunuatigut anersaartornerup qalipanneratigut, 'illoqqasunngorluni anersaartornerup' pingaartitaraa peqataasut inuiaqatigiittut anersaartornissaat. Anersaartornerpit allanut tunniunneratigut, paasissavat anersaariarnerit tamarmik ataatsimoortikkaatigut, ataqatigiissilluta silaannarmillu ataasiusumik avitseqatigiissilluta.



Breathing Feathers (Meqqut anersaartuutit)

Workshop-imi atortussat // Anersaartornermut sungiusaat 5



Minutsit 10
(workshoppip
angissussaa
apeqqutaavoq)



Atortussat

- Meqqut (inunnut 4-nut ataaseq)

Qanoq...

Peqataasut iloqqasunngorlutik issiassapput. Sequ-nngissapput anersaartornermillu maluginiarlugu. Itisuumik illumut anersaassapput, ipummerlutik, arriitsumillu silammut anersaarlutik. Taamaaliussapput sungiusaammut piareernissamik tungaanut.

Siulleg aallartissaaq: Meqqoq tiguuk itummannullu ilillugu, illumut anersaarit, silammut anersaarninni meqqoq supiuq, sanilivit tungaanut. Taassuma meqqoq tiguniassavaa, saniliminullu supillugu siuliani allaaserineqartutut ingerlateqqillugu. Sungiusaat tamarmik misiliinissaannut uteqattaarneqas-saaq imaluunniit peqataasut anersaartornerminnik aallussinerat tamaat ingerlanneqasalluni. Sungiusaat suli uummaaritsinnerujumallugu meqqut amerlaningukkit.

Anguniaga

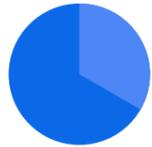
Inummiit inummut meqqup supoorneratigut, anersaartornerit ersinngitsumik imminnut attuum-alissapput, meqqoq sallaatsumik silaannakkoortilerlugu. Taamaalilluni sungiusaat 'Meqqut anersaartuutit' eqqissinermik nukissaqalernermillu kinguneqassaaq.



BREATHE
WITH ME

Breathing Diary (Anersaartornermik ullorsiutit)

Workshop-imi atortussat // Anersaartornermut sungiusaat 6



Minutsit 20-t

Qanoq...

Sequnngerit anersaartornerillu maluginiarluarlugu. Naatit ilanngullugit illumut anersaarit ipummerlutillu. Arriitsumik silammut anersaarit. Arlaleriarlutit taamaaliorit, sungiusaatip uuma ingerlannissaanut piareernissavit tungaanut.

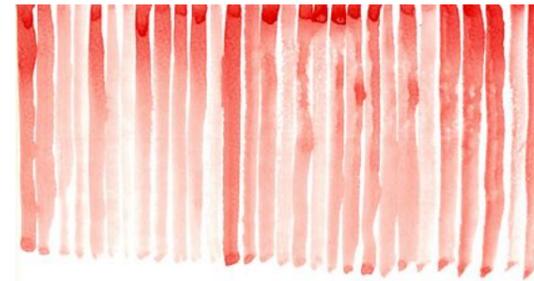
Pappiala siulleq ulluleruk. Qup. 13-imi 14-imilu allaaserineqartut anersaartornerit qalipaguk. Papiialat pingajuannut oqaatsit uku allakkit: 'Maannakkorpiaq maaniippunga'. Maanna pappialani tulluuttuni eqqarsaatitit naqisimaneqanngitsumik saqqummiussukkit.

Eqqarsaatigilikkatittamaasaqalipakkit, anersaartornermillu workshop-imi sungiusarnerni misigisimasatit tamaasa eqqarsaatigalugit. Misigissutsitit naapertorlugit qalipaait toqqakkit. Avataani sunniisinnaasut tamaasa iperakkit, qalipatatillu tamakkiisumik maluginiarlugit. Qalipaanerit nammineq piumalleruit unitsiguk.

Atortussat

- Pappialat imilertakkanik qalipaaffissat, A4 (inummut minnerpaamik 10)
- Qalipaait imilertakkat
- Qalipaasiut amitsoq, angisuseq 8-10
- Immiartorfimmut imeq

24-0-2012



I
AM
RIGHT HERE
RIGHT NOW



BREATHE
WITH ME

Imilertakkanik qalipagaqq, Jeppe Hein

Anguniagaq

'Anersaartornermik ullorsiutit'nut Jeppe Hein-ip ullormi pisimasut eqqarsaatiginiarlugit imilertakkanik qalipaariaasianit aallaveqarlutik isumassarsiaapput. Imminut ilukkut oqaloqatigiinnissamut iluaqutaapput. Eqqarsaatiginngisat saqqummernissaannut aqquis-siuussisuupput.



Attavissat

Anersaartoqatigiinnitsinnik qanoq
avitseqatigerusuppitigut

Anersaartoqatigiinnermi peqatigingatsigut qujavugut! Ilanngukkumasat, assit film-ilialluunniit upload-ikkit taamatullu Breathe with Me-mi su-liniutaasinnaasunut workshop-inullu isumassarsiat - **Instagram** aqutigalugu hashtag una atorlugu: **#breathewithme**. Takussutis-si-at uani takuneqarsinnaapput: **www.instagram.com/breathewithme-andtheworld**.

Studio Jeppe Hein

Dessauer Straße 6-7
10963 Berlin
Germany
t. +49(0)30 - 213008310

info@jeppehein.net
www.jeppehein.net
www.instagram.com/jeppehein

Suliniut malinnaavigiuk uani:

www.breathewithme.world
www.instagram.com/breathewithmeandtheworld
www.art2030.org/projects/breathewithme

ART 2030

Aarhusgade 88
2100 Copenhagen
Denmark
t. +45 61694402
info@art2030.org
www.art2030.org
www.instagram.com/art2030org