ᑲᑎᙵᓗᒍ ᓄᓇᕗᑦ ᐱᕈᖅᐸᓪᓕᐊᑎᓪᓗᒍ
Building Nunavut Together
Nunavu liuqatigiingniq
Bâtir le Nunavut ensemble

Message d’intérêt public

Le Nunavut souligne la Journée mondiale de la santé mentale

Date de début : **7 octobre 2016**
Date de fin : **10 octobre 2016**
Ensemble du Nunavut **45 s**

Le 10 octobre, c’est la Journée mondiale de la santé mentale, un moment pour les Nunavummiuts de se rappeler de prendre soin les uns des autres en tissant des liens avec leur famille, leurs amis et ceux qu’ils aiment. Encouragez, vous aussi, votre entourage à demander de l’aide en cas de besoin.

Les problèmes de santé mentale peuvent survenir à n’importe quel moment de la vie, et ce, quel que soit notre âge, notre sexe, notre religion ou notre culture. Tout le monde passe par des périodes plus difficiles et connait un jour la tristesse, la colère, le stress et le deuil, mais aussi le bonheur, la joie, l’amour et la paix.

Vous n’êtes pas seul. Si vous ou une de vos connaissances êtes aux prises avec un problème de santé mentale, il existe des ressources pour vous aider : parlez de ce que vous vivez et ressentez à une personne de confiance, comme un ami, un membre de votre famille, un enseignant, un conseiller d’orientation ou un ainé, ou rendez-vous au centre de santé le plus proche pour consulter un travailleur en santé mentale.

Vous pouvez aussi obtenir du soutien de manière anonyme en appelant à toute heure la ligne d’aide Kamatsiaqtut au 867 979-3333 (sans frais : 1 800 265-3333). Vous trouverez aussi des renseignements et du soutien sur Isaksimagit Inuusirmi Katauqjjiqatigiit, le site Web du Conseil Saisis la vie ou en appelant gratuitement au 1 866 804-2782.

Si vous ou une de vos connaissances êtes en état de crise, appelez la Gendarmerie royale du Canada (GRC) ou rendez-vous sans tarder à l’hôpital ou au centre de santé le plus proche.

###

Renseignements aux médias :
Ron Wassink
Spécialiste des communications
Ministère de la Santé
867 975-5710
rwassink@gov.nu.ca

ᐱᕙᓪᓕᐊᔪᑦ ᑐᓴᒐᒃᓴᙳᖅᑎᑕᐅᔪᑦ ᐱᔭᐅᔪᓐᓇᖅᑕᑦᑕᖅᑐᑦ ᐃᓄᒃᑎᑑᕐᒐᓗᑎᒃ, ᖃᓪᓗᓈᑎᑐᑦ, ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ ᐅᐃᕖᑎᑐᓪᓗ ᐅᕙᓂ, *www.gov.nu.ca.*
News releases are available in Inuktitut, English, Inuinnaqtun and French on *www.gov.nu.ca*.
Tuhaqtaghat ittut Inuktitut, Qablunaatitut, Inuinnaqtun Uiviititullu talvani *www.gov.nu.ca*.
Les communiqués de presse sont disponibles en inuktitut, en anglais, en inuinnaqtun et en français à : *www.gov.nu.ca*.