Message d’intérêt public

Le Nunavut souligne la Semaine de la santé mentale

Date de début : 7 mai 2018
Date de fin : 13 mai 2018
Ensemble du Nunavut **30 s**

Durant la Semaine de la santé mentale, qui se déroulera du 7 au 13 mai, le ministère de la Santé du gouvernement du Nunavut encourage les Nunavummiuts à prendre le temps de discuter avec leurs amis, leur famille et des ainés de santé mentale et de bienêtre.

La santé mentale est tout aussi importante que la santé physique. Faites preuve de patience envers vous-même et envers les autres, et demandez de l’aide lorsque vous traversez des épreuves difficiles. Prenez soin de votre santé mentale en vous concentrant sur vos forces et vos réussites et utilisant des méthodes positives pour surmonter les difficultés. Célébrez les hauts et les bas qui ont fait de vous la personne que vous êtes.

Il n’y a rien de mal à parler de santé mentale et à obtenir un traitement pour une maladie mentale. N’oubliez pas : vous n’êtes pas seul. Si vous ou une personne que vous connaissez avez besoin d’aide, demandez à un ami de confiance, un proche, un enseignant, un conseiller ou un ainé. Vous pouvez également vous adresser au centre de santé de votre région.

Pour obtenir de l’aide en toute confidentialité :

- Appelez la ligne d’aide Kamatsiaqtut (en tout temps) au numéro 867 979-3333 ou au numéro sans frais 1 800 265-3333.
- Communiquez avec les Services de crises du Canada en clavardant (www.crisisservicescanada.ca/fr/) ou encore en appelant ou en envoyant un texto au 1 833 456-4566.
- Visitez le site web du Conseil Saisis la vie (Isaksimagit Inuusirmi Kataujjiqatigiit) à l’adresse inuusiq.com, ou appelez gratuitement au 1 866 804-2782.

Message d’intérêt public

Si vous ou une de vos connaissances êtes en état de crise, appelez la GRC ou les services d’urgence, ou rendez-vous sans tarder au centre de santé ou à l’hôpital le plus proche.

Le ministère de la Santé encourage les Nunavummiuts à parler de santé mentale et de bienêtre à tout au long de l’année, pas seulement durant la Semaine de la santé mentale.

###

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

ᐱᕙᓪᓕᐊᔪᑦ ᑐᓴᒐᒃᓴᙳᖅᑎᑕᐅᔪᑦ ᐱᔭᐅᔪᓐᓇᖅᑕᖅᑐᑦ ᐃᓄᒃᑎᑑᖓᓗᑎᒃ, 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 au www.gov.nu.ca.

Communications’