

Message d'intérêt public

Journée internationale de sensibilisation aux surdoses

Date de début : 26 aout 2024

Date de fin : 31 aout 2024

À l'échelle du Nunavut

120 secondes

La Journée internationale de sensibilisation aux surdoses est soulignée chaque année dans le monde entier le 31 août pour sensibiliser le public aux surdoses et rappeler que celles-ci peuvent être évitées. Le thème pour 2024 est « Ensemble, nous pouvons », soulignant le pouvoir des Nunavummiuts lorsque nous sommes tous solidaires.

Chaque vie est précieuse et le ministère de la Santé encourage un dialogue ouvert et honnête sur la consommation de drogues. Une surdose peut arriver à n'importe qui et peut être accidentelle. En parler peut aider à réduire le nombre de surdoses et à sauver des vies.

La surdose est provoquée par l'absorption d'une quantité dangereuse ou toxique de drogue prise seule ou avec d'autres produits comme l'alcool. Toute drogue, y compris les médicaments prescrits, peut provoquer une surdose.

Si vous croyez qu'une personne de votre entourage ou vous-même faites une surdose, communiquez **immédiatement** avec les services d'urgence ou rendez-vous à votre centre de santé ou à l'hôpital. N'oubliez pas que les centres de santé et les hôpitaux sont équipés de l'antidote Naloxone.

Pour aider à prévenir une surdose, il est important de :

- Ne prendre que les médicaments qui vous ont été prescrits.
- Suivre les instructions figurant sur les étiquettes des médicaments prescrits et des médicaments en vente libre.
- Écouter les instructions des fournisseurs de soins de santé.
- Se débarrasser des médicaments périmés ou inutilisés - les apporter à un centre de santé ou à une pharmacie.

N'oubliez jamais qu'il existe des ressources pour vous aider à surmonter vos difficultés. Demander de l'aide, c'est tout à fait normal.

Les ressources suivantes offrent de l'aide de façon confidentielle :

Services de consultation

- Programme Parler pour se soigner
 - Services virtuels de consultation thérapeutique à long terme offerts aux personnes inuites de l'ensemble du territoire.
 - Pour informations, se rendre au centre de santé local, écrire à l'adresse healing@gov.nu.ca, composer le 867 975-5367, ou appeler au numéro sans frais 1 888 648-0070.
- Programme d'aide aux employé·e·s et à leur famille du gouvernement du Nunavut.
 - Appeler au 1 800 663-1142.
- Ligne d'espoir pour le mieux-être visant les Premières Nations et les personnes inuites ayant vécu dans les pensionnats
 - Service de consultation téléphonique spécifiquement pour ces personnes et leurs familles, accessible au numéro sans frais 1 800 464-8106.
- Ligne de consultation téléphonique Ilisagvik
 - Services en anglais et en inuktitut, du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 17 h, en composant le numéro sans frais 1 888 331-4433

Assistance par téléphone et clavardage

- Ligne d'aide en cas de crise de suicide
 - Appeler ou texter au 988 pour vous faire aiguiller vers un service d'aide répondant à vos besoins.
- Ligne d'aide Kamatsiaqtut du Nunavut (service en anglais accessible en tout temps, et service en inuktitut de 8 h à 20 h)
 - Composer le 867 979-3333 ou le numéro sans frais 1 800 265-3333.
- Services de crises du Canada
 - Appeler ou texter au 1 833 456-4566.
 - Clavarder sur le site www.crisisservicescanada.ca.
- Youthspace.ca
 - Appeler au 1 833 456-4566 ou texter au 778 783-0177.
 - Clavarder sur le site www.youthspace.ca.
 - Services thérapeutiques par courriel offerts en appelant au numéro sans frais 1 866-478-8357

