Building Nunavut Together
Nunavuliuqatigiingniq
Bâtir le Nunavut ensemble

Nunavut

Message d’intérêt public

Semaine nationale de sensibilisation aux dépendances 2025

Date de début : 17 novembre 2025
Date de fin : 22 novembre 2025
À l’échelle du Nunavut **120 s**

Le ministère de la Santé promeut la Semaine nationale de sensibilisation aux dépendances du 16 au 22 novembre.

Le thème de cette année est « Ancrer l’espoir ». Il a pour but de souligner l’importance de nourrir l’espoir, rapprocher les personnes, familles et communautés touchées par les problèmes de consommation, et favoriser des dénouements positifs.

Le fait de nous éduquer nous-mêmes contribue à promouvoir un changement réel, à réduire la stigmatisation entourant l’utilisation de drogues et à renforcer la compréhension chez les individus, les familles et les communautés. Le ministère encourage ainsi les Nunavoises et Nunavois à s’informer sur les causes de la dépendance et les possibilités de prévention des méfaits s’y rattachant, ainsi que sur les options de traitements disponibles et de rémission.

Tous les membres de la communauté peuvent apporter leur soutien aux personnes vivant avec une maladie mentale ou une dépendance. En pratiquant l’inuuqatigiitsiarniq, en faisant preuve de respect, en valorisant les relations et en prenant soin des autres, les communautés deviennent plus fortes et plus compatissantes. Il existe de nombreuses formes de soutien, comme les conseils des personnes ainées, les soins offerts par les professionnel·le·s de la santé ou l’expérience des personnes en rémission. Ensemble, les communautés peuvent aider les personnes aux prises avec l’utilisation de drogues à obtenir le soutien et accéder aux traitements dont elles ont besoin pour améliorer leur vie, ainsi que celle de toutes les personnes de la communauté.

Améliorer la vie d’une communauté, c’est aussi la rendre plus sûre. Pour davantage de sécurité, une des mesures consiste à ranger et à détruire correctement les médicaments sur ordonnance. Rangez vos médicaments hors de portée des enfants et

des adolescents et rapportez les médicaments inutilisés ou périmés à votre pharmacie ou centre de santé pour être éliminés en toute sécurité.

Vous n'êtes pas seul·e. Si vous ou une personne de votre entourage avez besoin d'aide pour surmonter une consommation abusive, faites appel à un·e ami·e en qui vous avez confiance, à un membre de votre famille, à une personne ainée ou à un·e conseiller·ère en matière de mieux-être.

Si vous ou une personne de votre entourage êtes en situation de crise, appelez la GRC ou rendez-vous immédiatement à votre centre de santé local ou à l'hôpital.

Pour bénéficier d'un soutien confidentiel, communiquez avec l'infirmier·ère en santé mentale local·e ou le·a conseiller·ère en santé mentale aux centres de santé, et présentez-vous au Greenstone à Iqaluit. Vous pouvez vous rendre sur le site web www.gov.nu.ca/fr ou faire appel à l'un des programmes listés ci-dessous :

Service de consultation :

- Programme Parler pour se soigner.
    - Services virtuels de consultation thérapeutique à long terme offerts aux personnes inuites de l'ensemble du territoire. Rendez-vous à votre centre de santé local pour obtenir de plus amples renseignements, envoyez un courriel à healing@gov.nu.ca ou téléphonez sans frais au 1 888 648-0070 ou au 867 975-5367.
- Programme du GN d'aide aux employé·e·s et à leur famille.
    - 1 800 663-1142
- Ligne d'espoir pour le mieux-être visant les Premières Nations et les personnes inuites ayant vécu dans les pensionnats.
    - Services de consultation téléphonique spécifiques pour ces personnes et leurs familles, accessibles au numéro sans frais 1 800 464-8106.
- Ligne de consultation téléphonique Ilisaqsivik.
    - Services de consultation téléphonique en anglais et en inuktitut, du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 17 h, accessibles au numéro sans frais 1 888 331-4433.

Lignes d'aide et clavardage en ligne :

- Ligne d'aide Kamatsiaqtut du Nunavut (service jour et nuit).
    - Composez le 867 979-3333 ou le numéro sans frais 1 800 265-3333.
- Ligne d'aide canadienne en cas de crise de suicide.

    - Appelez ou envoyez un texto au 988 pour être dirigé·e vers une ligne d'aide qui répondra au mieux à vos besoins.
- Services de crises du Canada.
    - Téléphonez ou textez au 1 833 456-4566. Clavardez sur le site https://988.ca/fr.
- Jeunesse, J'écoute.
    - Téléphonez au 1 800 668-6868. Clavardez en direct sur le site jeunessejecoute.ca. Textez le mot « PARLER » au 686868 pour échanger avec une personne bénévole qualifiée.

Sites web offrant des conseils :

- Conseil Saisis la vie *Isaksimagit Inuusirmi Katujjiqaatigiit.*
    - Rendez vous sur le site www.inuusiq.com pour en savoir plus et obtenir du soutien et des conseils.
- *Inuusittiaringniq* : bien vivre ensemble.
    - Rendez-vous sur le site https://livehealthy.gov.nu.ca/fr pour en savoir plus sur le mieux-être mental, la dépendance et la drogue.

###

Personne-ressource pour les médias :

Charmaine Deogracias
Gestionnaire des communications
Ministère de la Santé
867 975-5712
CDeogracias@gov.nu.ca

ᑭᒃᑯᑐᐃᓐᓇᕐᓄᑦ ᑐᓴᕋᑦᓴᐃᑦ ᐊᑐᐃᓐᓇᐃᑦ ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ, ᖃᓪᓗᓈᑎᑐᑦ ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ ᐅᐃᕕᑎᑐᓪᓗ ᐅᕙᓂ *www.gov.nu.ca.*
Public Service Announcements are available in Inuktitut, English, Inuinnaqtun and French on *www.gov.nu.ca.*
Kavamatkunnin Tuhaqtitaujukhat hailihimajun Inuktitut, Qablunaatun, Inuinnaqtun Uiuitullu uvani *www.gov.nu.ca.*
Les messages d'intérêt public sont disponibles en inuktitut, en anglais, en inuinnaqtun et en français au www.gov.nu.ca.