

Inungnut Tuhaqtitaujukhaq

Nunarjuami Inminikkut-Munarittiarniq Ublua

Aulaqtirvikhaa Ublua: Taaqhivalirvia 24, 2026

Nutgarvikhaa Ublua: Taaqhivalirvia 24, 2026

Nunavunmi-tamaat

75 sec

Taaqhivalirvia 24 naunaijautigijaa Nunarjuami Inminikkut-Munarittiarnik Ublua. Havagvia Aanniaqtailinirmun itqaumaqjut Nunavunmiunun akhurnarnia inmikkut-munariniq aanniaqtailitiqhatigun aqhuurnarnialu aanniaqtailitiqhainnut Kanaitiankut munarhiliqiviujunutlu.

Inmikkut-munariniq atuniraaluk hun'ngiutijuqhat inungnut munaqhijut inmik aanniaqtailiplutik ihumagitigplugit hailihimajut qaujimanikkut naunaijautigutlu. Ihumaliugutaujuqhaq hakugingniqhainnut inuit munarittiarimingnik inmik aanniaqtailiplugit ihuaqtumik ajurnaittumiklu, havaqatigiplugit munarhiliqijitkut ikajuuhialiqiijinilu ajuittiaqtut ihariagijauqpata.

Iqaijaguvitluunniit, nirittiaguvit, higaaguiguvit, taangaqtuguiguvitluunniit, ahiqpaniitpakkuvitluunniit ilatitlu, inmi-munariniq pidjutivaktuq qanuqtun uvagut pivakpita aanniaqtailijaami.

Uuktughimmaarluni inminikkut-munarittiariami ukunuuna hulilukaarutini taapkuatut:

- Pihuu jarluni nunami.
- Iqaluqhiurluni an'ngunahuarluniluunniit.
- Aliagiliqlugu inmi munarinnikkut.
- Unnaguiqhiqlutit.
- Aliagijarnut hunaliurlutin, taapkuatut miqhurnikkut nuviqhaqlutinluunniit.
- Hunaliurluni, taapkuatut titiraujarnirmik hanaujarnirmikluunniit.
- Iqatigilugit aliagijatin.
- Igalutin nirilutinlu nirittiaguminaktunik.
- Qun'ngiaqluni piksassuungmik.
- Aliagijarnik naalaklutin atuqtuujanik.

Ilvit kinaluuniin ilihimajat ajuqhaliqtuq, itqaumalutit avaliingittutit. Naamaktuq apiqhiluni ikajuqtikhamingnik. Uqaqvigilugu ilannat, ilatit, Iningnirhaaq hivajaqlugitluunniin munaqhitkut ikayuqtikharnik.

Aadlanut takupkaraqhaunggittunik titiqqanik, talvunggaulutit [Nunavut Kavamait qaritaujakkuugutaannut](#). Naunairjumirumaguvit pulaarlugu: <https://selfcare.ca/self-awareness/>.

###

Tuhaqtipkainikkut Uqarvigijakhaq:

Charmaine Deogracias
Atan'ngujaq Tuhaqtipkaijini
Aanniaqtailinirmut Havagvia
867-975-5712
cdeogracias@gov.nu.ca

ᑭᑭᑦᑎᑦᑎᑦᑎᑦ ᑕᑦᑎᑦᑎᑦᑎᑦ ᑕᑦᑎᑦᑎᑦᑎᑦ ᑕᑦᑎᑦᑎᑦᑎᑦ ᑕᑦᑎᑦᑎᑦᑎᑦ ᑕᑦᑎᑦᑎᑦᑎᑦ ᑕᑦᑎᑦᑎᑦᑎᑦ www.gov.nu.ca.
Public Service Announcements are available in Inuktitut, English, Inuinnaqtun and French on www.gov.nu.ca.
Kavamatkunnin Tuhaqtitaujukhat halihimajun Inuktitut, Qablunaatun, Inuinnaqtun Uiviivitigun 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.

Tuhaqtipkaijiit