

# Ikajuutikhat Inungnun Ajurhaliqtunun

Anginiqaqtuq turaangadjutikhaptiknun ihumakkt aanniaqtailidjutiptiknun inuuhirittiarutiptiknullu. Ilvin kinaluunniin ilihimajat ajurhaliqqat, ilhimalugin avaliingaangittutin, nukuuhivikhaqaqtuq.

- ✓ Uqaqatigilugu kina uppiriijat.
- ✓ Uqaqatigilugu aanniaqtailinirmut havakti nunangni munarhitkunni.



GN-kut hailihimajun nunallaani-tunggaviqaqtunik, avikturviinni, ahinilu nunaptiknin ihumakkt aanniaqtailinirmun ipirailarnikkullu ikajuutikhanik. Aallatkiit qanurittun hanaqidjutikhat tuniutijaaqtun ikajuutinik mamiharutiniklu. Hapkuat naunaitkutaajut aallatkiingni ikajuutikhanun, nakuutqijaujullu havauhiqtuutikhat pilluaqpaktun atauttimungarhugin hapkuat.

## Uqaudjuiniq

- Pijaaqtuq hivajautikkut talvani uqaqatigiqpiarhugu uqaudjiji.
- Pijaaqtuq atauhikkuurutikkut katimalutikluunniit. Katimalutik uqaudjuunikkut pivik uqaqatigijaami aallanun havagutigilugillu hunat atauttikkt.
- Ikajuutaujaaqtuq inungmik pimmarigharlugin pidjutiqatigiingnik, ajuirluguni qanurilurutikhakkut naunaitkutiqaliqqat, piliurlunilu angumadjutigilugillu ihumami aanniaqtailinirmun turaangadjutinun.

## Inmigut-munariniq

- Nirittiarlutin, huliluqaaraanginnarlutin, hinittiarlutillu.
- Inungmiulutin piqpagijarnik uppirijarniklu.
- Pihuirugin qajangnaqtun hunat imaatun angajaarutit, higaat, imiilluunniit.
- Ilalugin hulidjutit nakuuhidjutitit, hakugikharutitit, quviahuutipkaidjutitillu.

## Ilagiiktuni Uqaudjuiniq

- Ikajuqtaaqta inuk ilagijaujullu havagutigilugin ajurhautitik atauttikkt pimmarigharlugillu pidjutiqatigiingutimingnik.

## Havautit

- Ikajuqtaaqtuq ingattaqtailinirnun naunaitkutinin timiup iptirutainni ihuirutini pijaarungnarhijun ihumakkt aannialaqaangaat. Uqaqatigilugu aanniaqtailinirmut havakti ihumaliuriami havautit nakuutqijaujaakhaanik havauhiqtuuti.
- Ilaqaqtaaqtuq atauttimungaahimajunik havautinik, aturaaqpaktakhanik naittunikluunniit atuqpaktakhanik. Inuk havagatigivaktaa taaktitit naunaijariami havaktinik nakuutqijaujunik atuqtakhanik. Una aallanguqtaaqtuq qakugunguraangat.



# Ikajuutikhat Inungnun Ajurhaliqtunun

Ilvin kinaluunniin ilihimajat ikajuqtaujuukhaliqqat,  
hivajadjavatin kitun hapkuat ikajuutit:



## Nunavut Kamatsiaqtut Ikajurutikkut Hivajauti

Tunijuq ilitarnaittukkut hiamitilaittukkullu  
hivajautikkut ikajurutinik 24ni ikaarnirni  
ublumi, saivanilu ubluni havainirni.

- ☎ Akittuq Hivajautaa 1-800-265-3333
- ☎ Iqalungni 979-3333

## Isaksimagit Inuusirmi Katujjiqatigiit - Embrace Life Council

- ☎ Hivajarlugu 1-866-804-2782
- ✉ Qaritaujakkut-titiqqilugu  
[embracelife@inuusiq.com](mailto:embracelife@inuusiq.com)
- 📄 Takulugu qaritaujakkuurvia [www.inuusiq.com](http://www.inuusiq.com)  
kangiqhittiarutinun ikajuutikhanullu

## Mamiharniq Uqaqatigiingnikkut Pinahuaruti

Akiittukkut hivautikkut uqaudjutikkut ikajuruti  
tunijauhimajuq GN-kunnin Aanniaqtailinirmut  
Havagvianin.

- ☎ Hivajarlugu 1-888-648-0070
- ✉ Qaritaujakkut titiqqivia [healing@gov.nu.ca](mailto:healing@gov.nu.ca)

## GN-kunni Havaktini/Ilagiiktuni Ikajurutikkut Pinahuaruti

- ☎ Akittuq Hivajautaa 1-800-663-1142

## Nutaqqat Ikajuqtiit Hivajautaat

Tuniquq ihumaliuriiqhimaittumik uqaudjutinik  
inulrammiinnun. Humaangittuq hunanik  
uqautigijumajarnik, naalangniaqtun. Una  
akiittuq, hiamitirnaittuq hivajarvikhaq  
atuinnarialik 24-ni ikaaqnini ubluani, 7-ni  
ubluni havainirmi.

- ☎ Akittuq Hivajautaa 1-800-668-6868
- 📞 Titiraqlutit 'TALK' uumunnga 686868  
(piittuq akikhaa aturninganut,  
qaritaujakkut aturumi, app-mikmulluuniit  
ihariagijaungittun)
- 📄 Uqaqatigiiklutik [www.kidshelpphone.ca](http://www.kidshelpphone.ca)

## Youthspace.ca

- ☎ Hivajarlugu 1-833-456-4566
- 📞 Titirarvik 778-783-0177
- 📄 Qaritaujakkut uqavigiinialgit uvani  
[www.youthspace.ca](http://www.youthspace.ca)
- ✉ Qaritaujakkut titiqqiviani uqaudjuniaq  
hailihimajuq hivajarlugu 250-478-8357  
akiittumiluunniin uvani 1-866-478-8357

## Maligaliqijiit Nunavunmi

- ☎ Akittuq Hivajautaa 1-844-979-2330
- ☎ Inuktitut Akiittuq Hivajautaa 1-888-990-4665
- ☎ Iqalungni 975-2120
- 📄 Takulugu qaritaujakkuurutaa  
[www.lawsociety.nu.ca](http://www.lawsociety.nu.ca)

## Uqaudjivaktut himailimaittunik

Uqaudjivaktut himailimaittunik ajuqhaqtunullu ikajuqhutik tamainnut Nunaqaqqaqhimajunut inungnut Kanadami, 24-ni ikaaqnini ubluani, 7-ni ubluni havainirmi.

☎ Akittuq Hivajautaa 1-855-242-3310

🌐 Uqaqatigiiklutik [www.hopeforwellness.ca](http://www.hopeforwellness.ca)

## Ahinungaqtitauplunuk Iliharvingnun Iluarhainirnun Aanniaqtailinirnun Ikajuutinun Pinahuaruti

Hailihmajuq pitquhikkut ilumi-mihingnaqtunilu ikajuutinuk uqautiniklu tamainnun ahinungaqtitauplutik ilihariaqtuqakhimajunun ilagijainnullu. Ikajuutit hailihimajun 8:30 ublaami 5:00mun; Hivulliumni Tallimiummun.

☎ Hivayarlugit 1-866-509-1769  
unaluunniit 1-800-464-8106

## Ilagiiktuni Ningarnikkut Hatummiarnikkut Maligaq (FAIA)

Tunijuq ikajuutinuk ilagiiktunun inungnullu atuliqtun ilagiiktunin ningarninik.

☎ Hivajautaa akiittuq 1-844-534-1038

## Inuaqtauhimajun Tammaqtullu Arnat Arnaruhillu (MMIWG)

Tunijun uqaudjutinikkut 24/7.

☎ Hivajarlugu 1-844-413-6649

## Aanniqtauhimajunun Ikajuutikhat

☎ Hivajarlugu 1-866-456-5216

## Ilagiiktuni Iluarhainiarhimadjutikkut

☎ Hivajarlugu 1-867-975-6364

## Pitquhikkut Inuuhiringnirnun Mamiharnirnullu Nunavunmi

- ☎ Havagvia Inuuhirittiarnirmun Iqaluktuuttiami: 1-867-983-4670
- ☎ Kitikmeot Friendship Society Iqaluktuuttiami: 1-867-983-3330
- ☎ Ilisaqsvik Katimayiit Kangiaqtugaapikmi: Akiittumik Uqaqatigiiknikkut Hivajauti 1-888-331-4433
- ☎ Pularvik Kablu Friendship Centre (Ikajuqtauvikhaq) Kangiaqlinirmi: 1-867-645-2600
- ☎ Tukisigiarvik Katimayiit Iqalungni: 1-867-979-2400
- ☎ Piruqatigiit Resource Centre in Iqalungni: 1-867-877-4155
- 🌐 Aqqiumavvik Society in Arviat: <https://www.aqqiumavvik.com/>



Ilihimaguvin kinamikli ajurhaqtumik, hivajarlugit Paliihimat, munarhitkunnungaulutilluuniin aanniarvingmulluuniin qilamik.

