ᑲᑐᑎᓗᒍ ᓄᓇᕗᑦ ᐱᕈᖅᐸᓕᐊᑎᓪᓗᒍ
Building Nunavut Together
Nunavuliuqatigiingniq
Bâtir le Nunavut ensemble

Message d'intérêt public

Le Nunavut souligne la Semaine de la santé mentale

Date de début : 6 mai 2019
Date de fin : 12 mai 2019
Nunavut **75 s**

C'est la Semaine de la santé mentale, et le ministère de la Santé encourage les Nunavummiutes et Nunavummiuts à prendre le temps de discuter de santé mentale et de bienêtre avec leurs amis, leur famille et les ainés.

Les problèmes de santé mentale peuvent influer sur les pensées, les émotions, le comportement et le bienêtre physique. Si les maladies physiques peuvent être faciles à déceler, les maladies mentales, elles, passent souvent inaperçues. Cela ne signifie pas que les personnes atteintes ne souffrent pas et n'ont pas besoin d'aide. Nous avons tous besoin d'aide pour guérir, et nous guérissons mieux en étant bien entourés.

Il n'y a rien de mal à demander de l'aide ou à suivre un traitement pour améliorer sa santé mentale. Vous n'êtes pas seuls, ne l'oubliez pas. Si vous ou une connaissance avez besoin d'aide, parlez-en 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, communiquez avec les ressources suivantes :

- Ligne d'aide Kamatsiaqtut du Nunavut (service disponible en tout temps), au 867 979-3333 ou au 1 800 265-3333 (sans frais);
- Services de crises du Canada, par clavardage au www.crisisservicescanada.ca/fr/ ou par téléphone ou message texte au 1 833 456-4566;
- Youthspace.ca, par clavardage ou par téléphone ou message texte au 1 833 456-4566;
- Isaksimagit Inuusirmi Kataujjiqaatigiit (Conseil Saisis la vie) au www.inuusiq.com;
- Jeunesse, J'écoute, par téléphone au 1 800 668-6868, par clavardage au www.jeunessejecoute.ca ou par message texte, en envoyant le mot « PARLER » au 686868.

Si vous ou une personne que vous connaissez êtes en état de crise, appelez la GRC ou les services d'urgence, ou rendez-vous immédiatement au centre de santé ou à l'hôpital le plus proche.

###

Renseignements aux médias

Wende Halonen
Agente principale des communications
Ministère de l'Exécutif et des Affaires intergouvernementales
867 975-6048
WHalonen@gov.nu.ca

ᐱᕙᓪᓕᐊᔪᑦ ᑐᓴᒐᒃᓴᙳᖅᑎᑕᐅᔪᑦ ᐱᔭᐅᔪᓐᓇᖅᑕᖅᑐᑦ ᐃᓄᒃᑎᑑᖓᓗᑎᒃ, ᖃᓪᓗᓈᑎᑦ, ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ ᐅᐃᕖᑎᑦᓗ 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