ᐊᕐᓗᖑᓪᓕᕐᒥᒃ ᑯᑭᖓᓂᕐᒥᓗ ᐅᐃᕆᒪᐅᑎᓂᓪᓗ ᐊᑐᕐᓂᒥᒃ ᓴᓚᖅᑲᕐᓯᒪᒍᓐᓇᓂᖅ

ᓄᕙᓐᓂᔪᐊᖅ-19 ᖃᕐᑎᓗᒍ

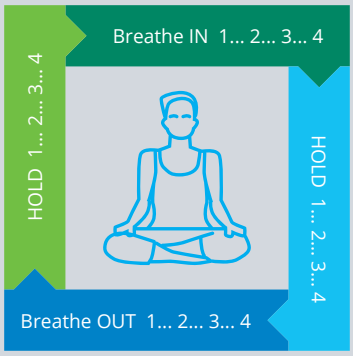
ᑕᒪᓐᓇ ᓄᕙᓐᓂᔪᐊᖅ 19 ᓯᓚᕐᔪᐊᓕᒫᒥ ᐊᑑᑎᓕᕐᑎᓗᒍ ᐃᓅᓯᑦᑎᓂᒃ ᐃᓱᐃᓪᓕᑎᕆᓯᒪᔪᖅ ᐊᕐᓗᖑᓴᕐᓂᒥᒃ ᑯᑭᖓᓂᕐᒥᓗ ᐊᑑᑎᑦᓯᒍᓐᓇᓱᓂ. ᑕᒪᒃᑯᐊ ᐃᐸᐱᓃᑦ ᐊᔪᕐᑑᔭᖏᑦᑐᑦ

ᖃᓄᖅ ᐃᐸᐱᓂᐊᕋᔭᕐᒪᖔᕐᐱᑦ ᐊᕐᓗᖑᓪᓕᕈᕕᑦ ᑯᑭᖓᓕᕈᕕᑦᓗᓃᑦ

- ᐃᓂᕐᑑᒪᓂᖅ ᐃᓱᒫᓗᓐᓂᓗᓐᓃᒃ
- ᓂᖓᐅᒪᓂᖅ ᓱᕋᑕᐅᒍᐊᕐᑑᓂᕐᓗᓃᑦ
- ᓯᓂᕐᓯᐊᖃᔭᖓᑎᓂᖅ
- ᐃᓱᒪᕐᓯᐊᕋᓱᐊᕐᖃᔭᖓᑎᓂᖅ
- ᑐᑭᑖᕋᓱᐊᕆᐊᒥᒃ ᓇᓗᓕᐅᒪᑲᑦᑕᓂᖅ
- ᐃᒥᐊᓗᓐᓂᒃ, ᐅᔭᕋᕐᓂᖅ ᐊᓯᖏᓐᓂᓗᓐᓃᑦ ᐋᑐᕐᓂᓗᓐᓂᖅ ᐱᓂᕐᓴᐅᓕᕐᓯᓂ ᐱᐅᓯᕆᓯᒥᓂᑦ

ᐊᓂᕐᑎᕆᑦᓯᐊᕋᓱᐊᕐᓂᖅ

ᐅᓇ ᐱᔭᕆᐊᑭᑦᑑᓯᓂ ᐃᑲᔪᕐᓯᒍᓐᓇᑐᖅ ᓄᑦᓚᖓᓕᐅᒥᑎᕐᓯᓗᓂ ᑯᑭᖓᓂᕐᒥᒃ ᐃᑯᑦᓚᐅᒥᑎᕐᓯᓗᓂ ᓱᒐᓗᓗᐊᖅᓕᕈᕕᑦ ᓱᓇᑐᐃᓐᓇᒥᒃ.



ᐃᒥᐊᓗᑐᐊᕈᕕᑦ, ᐅᔭᕋᑐᐊᕈᕕᑦ ᐊᓯᖏᓐᓂᓗᓐᓃᑦ ᐅᐃᕆᒪᓇᕐᑐᓂᒃ ᓴᓚᖅᑲᕐᓯᒪᐅᑎᒋᒐᓱᐊᕐᓗᒋᑦ ᐅᕙᓗᓐᓃᑦ ᐃᑯᑦᓚᐅᒥᕐᓇᑎᕐᓯᒐᓱᐊᕈᑎᒋᓗᒋᑦ ᐊᕐᓗᖑᓪᓕᕐᒥᒃ ᑯᑭᖓᓂᕐᒥᓗ. ᐱᓕᐅᒥᑐᐃᓐᓇᕆᐊᖃᕐᑐᑎᑦ ᐅᐃᕆᒪᓇᕐᑐᑦ ᐊᓯᐊᓃᕐᕐᑲᔭᐃᓕᕐᓂᒧᑦ ᑎᑭᐅᑎᓚᕿᓗᑎᑦ.

ᐃᑲᔪᕐᓯᒪᒐᓱᐊᕈᑎᕐᓴᑦ ᐃᓕᓐᓂᒃ ᓴᓚᖅᑲᕐᓯᒪᒐᓱᐊᕐᑎᓗᑎᑦ ᑕᒪᒃᑯᓂᖓ

- ᕿᑲᑐᐃᓐᓇᕈᓐᓄᓗᑎᑦ ᐊᓕᐊᒋᔭᕐᓃᕕᑦ ᖃᓄᑐᐃᓐᓇᖅ ᐱᓇᓱᐊᖃᑦᑕᓗᑎᑦ
- ᐱᑐᕐᓯᒣᓐᓇᕋᓱᐊᕐᓗᑎᑦ ᐃᓚᓐᓈᓄᕕᑦ ᐃᓚᓐᓄᕕᑦᓗ ᖃᓂᑦᑕᓈᒋᐊᖃᖓᓂᖅ ᐳᐃᒍᕐᒐᓕᑐᐃᓐᓇᓗᒍ
- ᓇᑦᓕᕐᑯᐊᓈᑦᑎᓯᐊᕋᓱᐊᕐᓗᒋᑦ ᑐᑭᓯᒪᒐᓱᐊᕐᓂᓗ ᑕᑯᓐᓇᓕᒫᑐᐃᓐᓇᓂᕐᓗ ᑕᑯᓐᓇᕈᓐᓄᕐᓇᖃᑦᑕᓗᑎᑦ ᓄᕙᓐᓂᔪᐊᑉ 19 ᑐᓴᕋᕐᓴᑎᒍᕐᑕᐅᓂᖏᓐᓂᒃ
- ᐃᒻᒥᓂᒃ ᑲᒪᕐᓯᐊᓗᑎᑦ, ᑕᒪᓐᓇ ᐅᕐᑯᒥᑦᑑᒪᑦ ᐱᒍᓐᓇᕕᓕᒫᒃᑯᑦ ᐊᐅᒐᐅᓯᒪᒐᓱᐊᕋᕕᐅᒃ
- ᑎᒫᑦ ᑲᒪᒋᕐᓯᐊᓗᒍ ᓂᕆᕐᓯᐊᖃᑦᑕᓗᑎᑦ ᓯᓂᕐᓯᐊᖃᑦᑕᓗᑎᑦᓗ, ᐃᕐᕋᓕᓴᖃᑦᑕᓗᑎᑦ ᓄᑦᓚᖓᓇᕐᑐᒥᑦᓗ ᐃᕐᕋᓕᓴᖃᑦᑕᒥᓗᑎᑦ
- ᐃᑲᔪᕐᑕᐅᒍᒪᓕᕈᕕᑦ ᐅᖃᖃᑦᑕᓗᑎᑦ ᐃᓚᓐᓈᕕᑦ ᐅᖃᓗᑎᑦ ᐃᓚᓐᓈᕕᑦᓗᓃᑦ ᐱᒍᓐᓇᐅᑎᓕᓐᓄᓗ ᐃᑲᔪᕐᑕᐅᑎᒐᓱᐊᖃᑦᑕᓗᑎᑦ ᒋᐊᖃᕐᑐᕆᓕᕈᕕᑦ

ᐋᖓᔾᓐᓇᑐᓂᒃ ᐊᑐᖃᑦᑕᕈᕕᑦ

1. ᐃᐸᐱᒋᒐᓱᐊᕐᓗᒍ ᐱᓗᑭᑦᓯᒪᖔᕐᐱᑦ ᓱᓕᕋᕕᑦᓗ ᐱᓱᖃᑦᑕᒪᖔᕐᐱᑦ
2. ᒪᓕᒐᓱᐊᕐᓗᑎᑦ ᑲᓇᑕᐅᑉ ᒪᓕᒐᖏᓐᓂᒃ ᓲᖏᓂᕐᓴᓂᒃ ᐃᒥᐊᓗᓐᓂᒧᐊᓕᖓᔪᓂᒃ
3. ᒪᓕᒐᓱᐊᕐᓗᑎᑦ ᑲᓇᑕᐅᑉ ᒪᓕᒐᖏᓐᓂᒃ ᓲᖏᓂᕐᓴᓂᒃ ᐅᔭᕋᕐᓂᒧᐊᓕᖓᔪᓂᒃ
4. ᑲᑎᕐᓱᐃᒐᓕᖃᑦᑕᓗᑎᑦ ᐃᒥᐊᓗᓐᓂᒃ ᐅᔭᕋᕐᓂᒃ ᐊᓯᖏᓐᓂᓗ ᐋᖓᔾᓕᕋᓱᐊᕈᑎᓂᒃ
5. ᐃᑲᔪᕐᑕᐅᒍᒪᓗᑎᑦ ᐅᖃᕐᓗᑎᑦ ᐊᑐᓗᐊᕐᑐᓇᓕᕈᕕᑦ ᐋᖓᔾᓕᕋᓱᐊᕈᑎᓂᒃ

Translated by Nunalituqait Ikajuqatigiitut Inuit Association (NIIA) with permission from the Canadian Centre on Substance Use and Addiction and the Mental Health Commission of Canada.

Traduit par la Nunalituqait Ikajuqatigiitut Inuit Association (NIIA) avec l'autorisation du Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances et de la Commission de la santé mentale du Canada.

Mental Health Commission of Canada / Commission de la santé mentale du Canada

Financial contribution from Health Canada / Santé Canada

Canadian Centre on Substance Use and Addiction — Evidence. Engagement. Impact.

Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances — Données. Engagement. Résultats.