

POUR DISTRIBUTION IMMÉDIATE

PROMOUVOIR UNE BONNE SANTÉ MENTALE

Kuujuuaq, le 6 mai 2019 – Dans le cadre de la Semaine de la santé mentale se déroulant du 6 au 12 mai, la Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik (RRSSSN) aimerait rappeler aux résidents de la région l'importance de parler de la santé mentale et que les ressources d'aide sont disponibles en tout temps.

Pour la première fois cette année, les programmes de la direction de la planification et programmation Prévention du Suicide, Santé mentale et Nunami unissent leurs efforts pour promouvoir une bonne santé mentale tout au long de l'année. Des boîtes remplies d'articles promotionnels, pratiques pour les activités extérieures, ont été distribuées à travers les communautés et la Régie régionale invite la population à participer et à porter ces macarons.



« Avoir une bonne santé mentale est tout aussi importante que d'avoir une bonne santé physique. Il ne faut surtout pas hésiter à aller chercher de l'aide au besoin », mentionne la directrice générale de la Régie régionale, Minnie Grey. Tous les partenaires locaux sont invités à déposer une demande de financement pour organiser des activités en lien avec la santé mentale et la culture inuite. La RRSSSN souhaite rappeler aux Nunavimmiut que les ressources d'aide téléphonique sont confidentielles et demeurent disponibles en tout temps.

Lignes téléphoniques

- **Ligne d'aide Kamatsiaqtut** – 1-800-265-3333 (Anglais/Inuktitut)
- **Ligne d'écoute Espoir pour le mieux-être des Premières nations et des Inuits**
1-855-242-3310
- **Jeunesse, j'écoute** – 1-800-668-6868 ou www.jeunessejecoute.ca
- **Direction des valeurs et pratiques inuites de la RRSSSN** (9 h à 5 h)
1-877-686-2845 (Anglais/Inuktitut)
- **CLSC** – 819-XXX-9090

La Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik est un organisme public créé en 1978 en vertu de la Convention de la Baie-James et du Nord québécois. Elle est chargée de fournir sur presque tout le territoire du Québec situé au nord du 55^e parallèle des services de santé et des services sociaux aux habitants des 14 communautés.

– 30 –

Source : Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik

Pour information : Jenny Simpraseuth
 Agente de communication, RRSSSN
 Tél. : 819 964-2222 poste : 229