

- la conférence est basée sur l'expertise des Inuits dans la prévention du suicide : tous les ateliers furent animés par des *Nunavimmiuts* et des intervenants inuits ont offert un soutien psychosocial pendant toute la conférence ;
- la troisième conférence annuelle est prévue à l'automne 2017 ;
- Une **formation sur la prévention du suicide** est disponible dans la région, offerte par des formateurs inuits certifiés :
 - **ASIST** est un atelier de deux jours sur l'intervention auprès des personnes suicidaires. Les participants apprennent à :
 - créer une communauté prémunie contre le suicide ;
 - reconnaître les personnes à risque de suicide ;
 - intervenir efficacement auprès des personnes à risque de suicide ;
 - aider les personnes à risque de suicide à créer un plan sécuritaire ;
 - **SafeTALK** est un atelier d'une demi-journée où les participants apprennent à :
 - reconnaître les personnes à risque de suicide ;
 - réaliser les étapes TALK : Tell, Ask, Listen, Keep Safe [parler, demander, écouter, être en sécurité] ;
 - orienter les personnes à risque de suicide vers les services pertinents ;
- **premiers soins en santé mentale :**
 - la RRSSSN a collaboré avec ITK afin de développer une formation sur les premiers soins en santé mentale spécifiques aux Inuits. Trois formateurs seront en mesure d'offrir cette formation en 2017 ;
- une collaboration avec ITK dans la **stratégie nationale inuite pour la prévention du suicide** (lancée l'automne dernier) ;
- une **page Facebook « Reach Out »** promouvant des messages encourageant pour les *Nunavimmiuts* et affichant des informations pertinentes et des ressources disponibles ;
- des plans pour établir une ligne d'aide régionale et des services d'intervention en ligne.

Ensemble nous pouvons prévenir le suicide. De l'aide et du soutien sont disponibles à ceux souffrant de maladies mentales, telles la dépression et les dépendances, entre autres, à ceux vivant des moments difficiles ainsi qu'à leurs amis et proches. Si vous avez besoin d'aide ou si vous connaissez quelqu'un qui en a besoin, n'hésitez pas à parler à un ami, à un membre de votre famille ou à un professionnel de la santé. Vous pouvez également appeler une des lignes d'aide sans frais suivantes :

- CLSC : 819-###-9090 ;
- Kamatsiaqtut : 1-800-265-3333 (anglais et inuktitut) ;
- Valeurs et pratiques inuites : 1-877-686-2845
- Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être des Premières Nations et des Inuits: 1-855-242-3310
- Jeunesse j'écoute : 1-800-668-6868 www.kidshelpphone.ca (anglais et français) ;
- National Suicide Prevention Lifeline : 1-800-273-TALK (8255) (anglais)
- 1-866-APPELLE (1-866-277-3553) (français)

- 30 -

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

Renseignements : Ben Watt
Agent des communications, RRSSSN
819-964-2222, poste 258