

Imminut toquttarneq isumannaatsumik oqaluuserisinnaavarput

Sammisat tamaasa

- 1 Ikiorneqarnissamut attavissat pillugit paasissutissanik najukkamilu isumalluutit inuit ikiortissarsiorfigisinnaasaat imminullu toquttarneq pillugu oqaloqatiginniffigisinnaasaat tunniutikkitt.
- 2 Imminut toquttarnerup nalunartorujussuunera arlalinnillu sammiveqartuunera erseqqissaruk. Imminut toqunnissamut pissutaasoq ataasiinnaanerassanngilat (ass. Arnaataata qimammagu imminut toquppoq) tamannami imminut toquttarnermut nalinginnaasunngorsaasuummat. Inuit ikkattumik nassuiaatillugit, oqarsinnaavutit taannaannaasinnaanngitsoq: kikkut tamarmik qimataallutillu, kangusutsinneqarlutillu ajornartorsiuteqalersulluunniit imminnut toquttartuuppata inuerutereersimassagaluarpog.
- 3 Allat pisuutinnagit – Iluaqutaanngilaq. Inuit namminneq inuunertik akisussaaffigaat.
- 4 “Imminorluni qimaguppoq” aamma “Inuunini kipivaa” atortakkit, oqaatsillu qimanneqarsimasunut kangusunnarsinnaasut pinerluppalaartut ajortuliorpalaartullu atornaveersaarlugit.
- 5 Imminut toqunnerup ataqqinartunngortinnaveersaarnissaa maluginiaruk, soorlu arlaata imminut toqussimanera ajunngitsuliorpalaartunngorlugu. Ilaanni inuit paatsoorneqartutut misigisut tusaaqqusaarlutik imminut toqussimasup malugineqarnerata assinga perusullugu imminnut toquttarput. Taamaaliornikkut imminnut toquttartut amerlisinnaapput.
- 6 Imminut toqunneq aaqqiissutissatut saqqummiunnaveersaaruk – assersuutigalugu “imminut toqunneq iluatsittoq”, inuk imminut toqoreernikkut “eqqissisoq”, “pitsaanerussasoq” imal. “ajunnginnerusumiittoq”.
- 7 Imminut toquttarneq inunnullu ataasiakkaanut inuiaqatigiinnullu neriuinnermik, akiuussinaneq qaangiisinaanerlu pillugit oqaluttuat annertoqatigiitsinniarlugit oqaluttuarikkitt.
- 8 Oqaatigiuk Nunap Inoqqaavisa imminut toquttarnerannut tunngaviulluinnartog ilisimaneqanngimmat; inuiaqatigiinni amerlasuuni oqaluttariarsornikkut oqaluttuarisaanermi takuneqarsinnaavoq imminut toquttarneq qaqtigoortuusog. Nunap Inoqqaavini kisitsisit amerlatsikkiartortut nassuiaatissaqarput, amerlanertigullu oqaluttuarisaanikkut misigisat sakkortuut inuiaqatigiinnilu naligiissitsinnginnerit ataavartut. Taamaakkaluartog, Nunat Inoqqaavisa inuiaqatigiivi kulturikkut eqqortunik iliuuseqarnerunermigut imminut toquttarnerit ikilerujussuarsinnaavaat.



ARCTIC COUNCIL



Sustainable Development Working Group



SÁMIRÁÐÐI
SAAMELAISNEUVOSTO
SAMERÁDET
COI03 CAAMOB
SAAMI COUNCIL



INUIT

Taassuminnga ikiuussinnaasut pillugit attavissaq:

Peqqissutsimut Ataqtigiissaarisog, Inuit Circumpolar Council Canada, ICC@inuitcircumpolar.com

Imminut toquttarneq isumannaatsumik oqaluuserisinnaavarput

Inuup arlaata imminut toqunnissamut eqqarsaateqarsinnaanerani ernumaguit

- 1 Saamasuugit KIISALU imminut toqunnissaq eqqarsaatigeneraat toqqaannartumik aperikkit – taamatut aperineqarlutik imminut toqunniarnertik nangiinnarnaviangilaat misigissutsitilli oqaluuserinissaannut periarfissineqassapput. Aamma imminut toqunneq pillugu ilinnut oqaluuserinninnissaq ajoqutaanngitsoq paasigunikku iluaqutaassaaq.
- 2 Pinaveersaartitsiniarlutit, paasiniassavat imminut toqunnissaq pilersaarutigilereersimaneeraat, aperalugit sumi qanorlu inuunertik kipiniarlugu eqqarsarnersut. Taamatut aperinikku imminut toqoriarnissaq qanoq qanitsiginersoc nalilersorsinnaassavat.
- 3 Ikiortissarsiornissamut siunnersukkit oqaloqateqartariaqarpallu oqaloqatigalugu. Imminut toqutsisoqaliivluinnarsorigukku, ajornartorsionermi attavissamut sianerit ikiuuttussallu tikiunnissaasa tungaanut kisimiitinnaveersaarlugit.
- 4 Ilisimassavat inuup allap inuuneranut akisussaangisaannassagavit. Aamma ajunngilaq ima oqassalluni: “Ikiorusukkaluarpakkit kisianni naluara qanoq, sunaana pisariaqartikkit.
- 5 Anniaatai artornartorsioneralu akuersaakkit oqarfigiullu inuunerata ingerlaqqinnissaa neriuutigalugu.
- 6 Apersoruk siusinnerusukku anniaateqarnerminni suna iluaqutaasimanersoc. Nassuiaaqqissaaqquguk suut iluaqutigisimanerai aamma annikitsumik iluaqutaaginnaraluarpaluunniit.
- 7 Imminut tarnikku paarinissat eqqaamassavat. Ikiuussinnaangikkuit ajunngilaq. Taama pisoqassappat pineqartoq ikiuussinnaasumut inuussutissarsiortumulluunniit innersuutiguk.

Peqqissutsimik inuussutissarsiortut ikiuussinnaasutuaanngillat – illit aamma allanngueqataasinnaavutit. Taamatut oqaloqateqarnissamut annilaanganeq nalinginnaasuvoq. Taamatut oqaloqateqarnissamut imminut tatiginerulernissamut iluaqutaasinnaasullu paasitinniarlugit sungiusaaterpassuaqarpoq (soorlu: ASIST www.livingworks.net/asist), Mental Health First Aid Inuit, Reach Out).



ARCTIC COUNCIL



Sustainable Development Working Group



SÁMIRÁÐÐI
SAAMELAISNEUVOSTO
SAMERÁDET
COI3 CAAMOB
SAAMI COUNCIL



INUIT

Taassuminnga ikiuussinnaasut pillugit attavissaq:

Peqqissutsimut Ataqtigiissaarisoc, Inuit Circumpolar Council Canada, ICC@inuitcircumpolar.com

Imminut toquttarneq isumannaatsumik oqaluserisinnaavarput

Sungiusarnermi Inuiaqatigiinnilu pilersaarusiornissamut workshoppernermi

- 1 Imminut toquttarneq oqallisigiuk taamaattorli toqu oqallisiginagu pinaveersaartitsineq peqqinnissarlu oqallisigikkit.
- 2 Inuppassuit imminut toqunnissaq inuunerup ilaanni eqqarsaatigisarpaat, ikittuinnaalli imminut toqoriartarput. Nassuiaruk imminut toqunnissaq pinngitsoortinneqarsinnaasoq pinaveersaartitsinissamullu imminulluunniit suliarinissamut periutsit oqalliisigikkit.
- 3 Eqimattakkaarlusi imminut toqunnermi kingunipiluutaasinnaasut sakkortuut peruserlu atorreqartoq oqallisiginnginnissaat isumaqatigiissutigisiuk. Oqallinnermi avatangiisit isumannaatsuunissaannut periutsit eqqaaneqarnissaat pissusissamisoorpoq, soorlu nakorsaatinik mattussineq, aallaasinut parnaarsaatit, atisaasiviit isasartut il.il.
- 4 Peqataasut sammisaq pillugu qanoq isumaqarfigineraat pillugu oqaaseqartikkit, misigissutsit anninneqartut nalinginnaasunngorniassammata. Immaqa ilaat oqaaseqarumassanngillat. Taamatut pisoqassappat, inuit qanoq misigisarnerannik assersuusiorsinnaavutit.
- 5 Peqataasut annaasatik pillugit oqaluttuarnerminni oqaatigisaat isertuunneqassasut eqqissillutillu oqaluttuarsinnaanissaat qulakkeeruk.

Tusagassiutini

- 1 Tarnikkut nappaatit, upperisat ajukkunnartullu paquminaarsakkit. Ikiortissarsiorsinnaanerup nukittussutaanera erseqqissaruk.
- 2 Oqaatsit imaattut tikinnaveersaakkit "malinnerrattartut" - periarfeerunnarsinnaammat.
- 3 Inuit imminut toqussimasut akuersaakkit, qanorli imminut toqussimanersut oqaatiginngisaannaruk.
- 4 Inuup qimagussimasup ilaquataataluunniit assingi anillatsinnagit takutinnagillu.

litsersuutit allat paasissutissaqarnerusunut, uunga innersuunneqarputit:

Nunavut's Media Guidelines for Reporting on Suicide



ARCTIC COUNCIL



Sustainable Development Working Group



L2G



SÁMIRÁÐÐI
SAAMELAISNEUVOSTO
SAMERÁDET
COI03 CAAMOB
SAAMI COUNCIL



INUIT

Taassuminnga ikiuussinnaasut pillugit attavissaq:

Peqqissutsimut Ataqaatigiissaarisooq, Inuit Circumpolar Council Canada, ICC@inuitcircumpolar.com

Imminut toquttarneq isumannaatsumik oqaluuserisinnaavarput

Inuiaqatigiinni imminut toquttoqarsimatillugu

- 1 Imminut toqussimasoq ilisimangitsuusaarnagu pisimangitsuusaarnaguluunniit - Inuit aniatitsinissamut inissaqarnissamut pisariaqartitsisarput.
- 2 Sapinngisat tamaat peqqissutsimut siunnersorti inunnut pineqartumut attaveqarsimasumut apersuitiguk, soorlu aamma atuarfiani atuartunut allanut, suleqataanut, timersoqatigisartagaanut il. Il.
- 3 Paasissutissat tunngaviusut kisiisa oqaluttuarisakkit (Soorlu: " Inuk A illoqarfik B-meersoq imminut toqulluni qimaguppoq), paasissutissaaqqat aamma sooq imminut toqussimaneranut eqqarsaatersuutit avaqqullugit.
- 4 Aliasunnissamut pisariaqartitsineq akuersaaruk ilisinerlu/eqqaaniaanerlu allatulli toqunertut allaanerutinnagu aqqissuutiguk, inuup toqusimamera pinnagu inuusimanagerali pingaartillugu.
- 5 Ikiuussinnaasunik siunissamut ungasinnerusumuttaaq peqarnissaa aqqissuutiguk, arlaata qimagunnerata kinguninguaannaangitsoq, tassami qimanneqarsimasut aatsaat sapaatit akunneri qaammatilluunniit qaangiukkaangata toqu misigissutsitillu oqaluusersinnaanngorsinnaasarmassuk.

PC-Cares toqusimasoqartillugu aliasunneq pillugu siunnersuutini allanik peqarpoq <http://www.pc-cares.org/grief-and-healing>.

Kattuffiit pilersaarusiukkamik pitsaanerusumik akissuteqarsinnaasarput.



Imminut toquttarneq isumannaatsumik oqaluuserisinnaavarput

Inummik imminut toqusimasumik annaasaqarsimanermi
aliasuttumik oqaloqateqarnermi/ikiuinermi

- 1 Imminut toquttoqarsimatillugu qimanneqartut amerlasuut imminnut pisuutittarput. Oqarfigikkit pisoq PISUUSSUTIGINNGIKKAAT.
- 2 Makkunani piffissani qimanneqarsimasumut artornartut paatsiveerusimaarfiusullu, illit inuup qimagunnera pillugu allanut nalunaaruteqarnissamut neqeroorsinnaavutit, ilisinissamut aqqissuussinermut ikiuussinnaavutit suliasatigulluunniit allatigut ikiuussinnaallutit.
- 3 Imminut toquttoqarsimatillugu annernartuunera akuersaaruk. Inuup aqqussagai suugaluarpataluunniit tusarnaakkit (Soorlu.: kamanneq, nikallunganeq, paatsiveerunneq, qimanneqartutut misigineq, kangusunneq). Oqarfigikkit tamakkuninnga misigisaqarnissaq nalinginnaasuusq.
- 4 Oqaatigiuk toqusoqarsimatillugu aliasunneq assigiinngitsunngorsinnaasartoq allaat timikkit ersiuteqarsinnaasarluni (soorlu naarlunneq niaqorlunnerlu). Imminut toquttoqarsimatillugu aliasunneq toqusoqarnernit allanit allaaneruvoq tamannalu ilaasa sukkanerusumik arriinnerusumillu aqqusaartarpaat. Inuk siunnersortimut, nakorsamut allamulluunniit ikiuussinnaasumut innersuutiguk.
- 5 Amerlasuut misigissutsiminnik oqaluuserinninnissartik sungiusimasangilaat annaasartillu pillugu oqaluuserinninnissamut piareersimanatik. Arlaannik susassaqaqatigiinnik peqatigiinneq iluaqutaasinnaavoq (Soorlu: Asimukarneq, pisuttuarneq, assassoqatigiinneq) - oqaloqatigiinngikkaluarluni aamma.
- 6 Pivusorsiorit: Anniaat peerutivinngitsoorsinnaavoq, piffissalli ingerlanerani tamanna sungiukkiartorsinnaavaat inooqataaffigisinnaalerlugulu.
- 7 Ilisimatikkit pillualeqqinnermi imaangilaq asasaq puigorneqarsimasoq.



ARCTIC COUNCIL



Sustainable Development
Working Group



SÁMIRÁÐÐI
SAAMELAISNEUVOSTO
SAMERÁDET
COI03 CAAMOB
SAAMI COUNCIL



INUIT

Taassuminnga ikiuussinnaasut pillugit attavissaq:

Peqqissutsimut Ataqaatigiissaarisooq, Inuit Circumpolar Council Canada, ICC@inuitcircumpolar.com

Imminut toquttarneq isumannaatsumik oqaluuserisinnaavarput

Ikiortissarsiorfigineqarsinnaasut

Kisimiingilatit. Illit asasalluunniit imminut toqukkusuppat ikiuukkusuttoqarpoq. Ikiuukkusuttut tullinguuttut piareersimapput.

Canada

Crisis Services Canada: 1-833-456-4566
Hope for Wellness Helpline (Nunap Inoqqaavinut):
Hope for Wellness Helpline: 1-855-242-3310

Danmark

Livslinjen: (+45) 70 201 201

Finland

Crisis Helpline in Finnish: 09 2525 0111
Crisis Helpline in English and Arabic: 09 2525 0113

Kalaallit Nunaat

Tusaannga: 801180

Island

Red Cross Helpline: 1717
Bergid Headspace (up to 25 years old): 571-5580

Norge

Mental Helse: (+47) 116 123

Rusland

Centre for Psychological Counselling of State Emergency Response Ministry:
(+7) 499 210-50-50

Sverige

Själmordslinjen: (+46) 90101

United States

National Suicide Prevention Lifeline: 1-800-273-8255
Alaska Careline: 1-877-266-HELP (4357)



ARCTIC COUNCIL



Sustainable Development
Working Group



SÁMIRÁÐÐI
SAAMELAISNEUVOSTO
SAMERÁÐET
COIØ3 CAAMØB
SAAMI COUNCIL



Taassuminnga ikiuussinnaasut pillugit attavissaq:

Peqqissutsimut Ataqtatigiissarisooq, Inuit Circumpolar Council Canada, ICC@inuitcircumpolar.com