

# **Qaritaujakkut Qajangnaitkutikhanik**

## **Nutqqaat ukuallu Inulrammiit**

**10 - 17**



ΔΗΘΥΛΕΙΣ ΔΦΘΥΛΕΙΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ  
IQITITIAQHIMALUGU INUUHQ KATIMAJIIT  
EMBRACE LIFE COUNCIL  
CONSEIL SAISIS LA VIE

# ILLULINGIT

- 1** Hunauvat qajangnarniit?
- 8** Kukiktut imaalutut itquumangittut naunaitkutit
- 14** Ukiuqaqtuq angiqtaarunminik nuliarnikkut hulipkainirmik Kanatami
- 15** Hunauvat maligatigut ihuidjutit qajangnaqtunut qaritaujakkut iidjuhiujut?
- 16** Qanuriliurniaqqigit qajangnaqtut?
- 17** Hunauvat ilangit nutqaqtinahuarutikhat nakuungittumik titirarviuguvit uqarviuguvitluuniit qaritaujakkut?
- 18** Huna nakungitpiaqqat
- 19** Ihuaqtut Inuit-ihumagijangit qaritaujakut titiraqhimaqut
- 20** Naunaiqtakhait angajuqqaanut
- 24** Atugakhait angajuqqaat, munaqtit imaalutut ilihaijut

**Ikiakkuurut unalu inungnut tuhapkaidjutit atuqtaulluaqataliqtun inuuhiptingni qaniktukkut ukiuni. Taimaaqtut qun'ngialiuttitluta uvani Tiktok, titirarvigiplugit ilannatit uvani Facebook imaaluuuniit atuqhugu Ikiakkuurut havarnut imaaluuuniit iliharnirmut, anginiqaqtuq ilihimajupta qanuqtut qajangnaitkutikhnik qaritaujakkut, illitaqhinirmik qajangnarniinik, illitarilugit hivuuranaqtutq, ilihimalutiklu qanurilirutikhamingnik hunat nakungiqqata.**



# Hunauvat qajangnarniit?

Qanuqtut Ikiakkuurut  
qajangnarniaqqa?

lihimagaluaqhugit tapkuat apps  
qaritaujaliqutitlu atuqpaktavut  
qajangnaittutut ittut qaritaujakkut,  
inuqaqtuq ihuittumik piniaqhimajunik  
pinahuaqtut inulrammirnik  
Ikiakkuurutikkut. Taimaittuguvit  
nutaraahuiliqtut inulrammiitlu,  
ihumaliuqpagunaqhijutit kinaujakharnik  
inuupluit, kinaujakharnik, hunaniklu  
nakuugijarnik, imaalu (kinatutliqaak)  
nakuugijujajaujutit aallanit inungnit.  
Pidjutiqaqtut tamainik ukuninga,  
ajurnaittuq inulrammiit ajuqhaqtitaujut  
qaritaujakkut iqhihaaqtaujut,  
kappiahaqtaujut, imaalu aallat  
qajangnaqtumik iidjuhiujut.  
Taimailiuqtauguvit, ihuidjutauniaqtuq  
inulrammiup inuuhanut, iljaujutlu  
ihumamikkut aanniaqtailiniq, piqatigija,  
imaalu iliharvingmi imaaluuuniit  
havagviani inuuwinga.



# **OK – qanutituvat hapkuat qajangnaqtut?**

Ataani titiraqhimagut ilangit qajangnarniit takuhimajunaqhijatit ilangit qaritaujakkut. Hamma ilangit iigjihullajut imaalut apiqqutit turrangajut avatingnut. Aatauhillaaq apiqqut piqaqtut amigaitqijainik atauhirmik ihuaqtumik kiudjutanik, ihumaaluktailutit nalukharuvit; ikajuutikhat takkunaqtut nunguani uuma taiguap ikajuutikhatit kiudjutikhanut apiqqutingnut.



# Qaritaujakkut iqhihaaqtaujut

Qaritaujakkut iqhihaaqtaudjutit ilaqaqtaut hapkuat titirarviuqattaqtut nakungittunik titirarviuplutik hunngijaijut uqaqtut inuup tuhapkaidjutanut titirarvianut. Ilaujuq ukununga uumilruhaqtaujuq aanniqtirinahuarniq inungmik iqhihaaqtaujumik.

## UUKTUUTIGILUGU - 1

15nik-ukiuqaqtuq Jesse tujuqtaujuq titiraviuq ilannaminit Jerry apiriplugu aullarumajakhanik malikluni inminutaallanutlu ilannaminut. Aqagunungmat titiraqhaqtuq ilihimangitamininit nampamit, imalaal aalla inuhuktuq titiraqtuq nakungittumik Facebook-mut inmigut qakugungungmat havainirmi. Jesse ihumallaktuq aallat nutaqqat alinaiginialqtat iliharvingmi, iqhihaaqtauninga hiamitiqtaujuq, amihunit aallatqiinit inungnit. **Qanuqtut ihumavit Jesse qanuriliurutikhanik taimailiuqtaugami?**

3



Caleb maliktaik ukuak Simon unalu Jerry

...

Ublumi 9.45 am

Jesse tamagiakpiaq, nakuutqijaukpiarnahugami maligumangitatigut

12

5 titirarvigijait 3 aadjiliuqtait

Nakuugijait

Titirarvigijait

Aadjiliuqtait



Write a comment...



1

Bell LTE 8:30 PM 20%

Tuhaqtakhat

Jerry

Naunaitutititutit

Qajumavit tangmarviptingnut kuukkami unukpat?

Iqungittutit? Alianaq!  
Kitkut mallauniaqqat?

Uvanganinaq, ilvit Simon unalu Caleb. Niugarniaqtugut ikittunik baniak imalaal higaarlukluta.

Nalukhaliqtunga mallaujumajakhamnik ilihimajutit tapkuninga atuujuittunga, angangma malikitlimaitanga uvaguinnaugupta, mamiana

Humadjaittuqaq,  
iqhijuitit

Bell LTE 12:28 PM 75%

Tuhaqtakhat +1 867 000 000 Naunaitk

2

P\*\*\*Y

Kina una?

Tamagjaaq

Una Jesse, tammarunaq hijutit ihuliittumik nampaanik naqittutit

Ilihimajunga kinaujakharnik

Ilihimajungalu humi igluqariakharnik

Takuniaqpaklutit tununmut

Ihumajutit nakuutqijaujutit uvaptingnit

Titirarvigihuinga hivajautikkut

Tamarjangairit

iFakeTextMessage.com

3

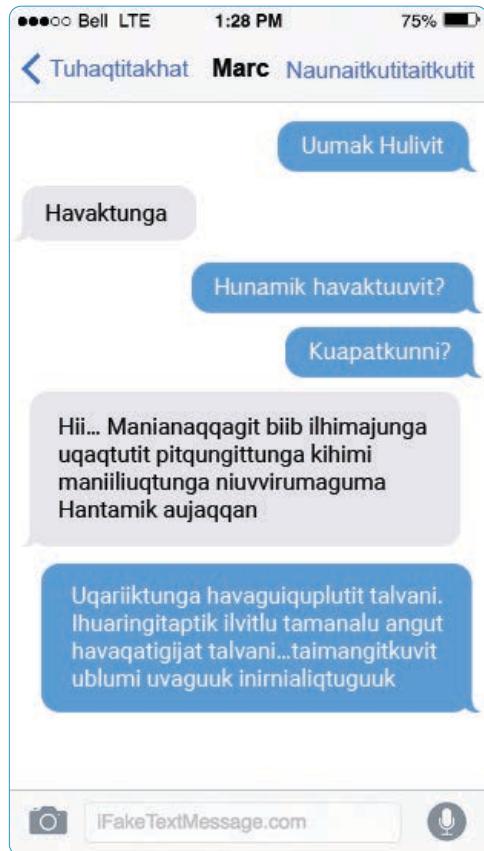
# Kappiahaqtaujut/ angiqharijut akilirumaplugit

Ilanginni iidjuhiujuni,  
nutarauhuiliqtut inulrammiitlu  
ajuqhaqtitauvaktun  
angiqharijunit  
akiliqtaujumaplutik  
inungnit ukpirijamingnit  
nakuunahugijamingnitlu.  
Una ilaani nuliarnikkut  
ilaqaqtuq; naunaijautigilugu;  
naunaijautigilugu, inuup  
aannirumaniaqtait  
nutarauhuiliqtup ilangit kihiani  
tujuqqata inmik piksamingnik,  
imaaluuniit inulrammiup  
piqatinga taimarumaniaqta  
tujungitpata uhingajumik  
piksaminik.

## UUKTUUTIGILUGU - 2

Jasmine unalu angutautaa Mark 16nik ukiuqaqtuuk. Hamma titiraqtaak avatingnut.

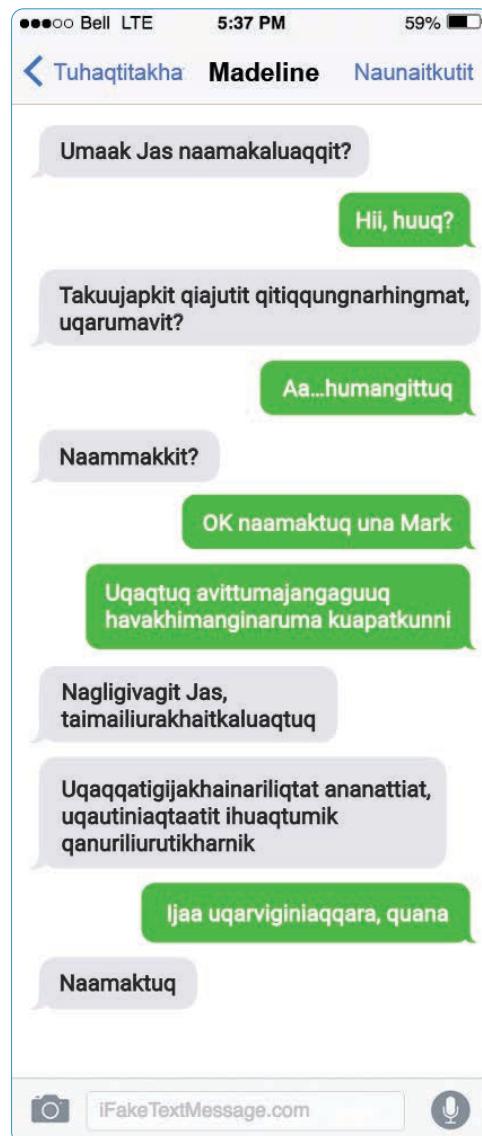
**Hunamik uqautinaqqiuk Jasmine  
ilannarigungni? Unattaurmi Mark?**



## UUKTUUTIGILUGU - 3

Madeleine uuma Jasmine ilannaa takujaalu qitiquungnaqhijumi qiajuq aqagunngurmat. Uvatiarungungmat, titirarvigijaa Jasmine apiriplugu hujakhaanik.

**Hunamik Madeleine pivva ihuaqtumik uvuuna?**

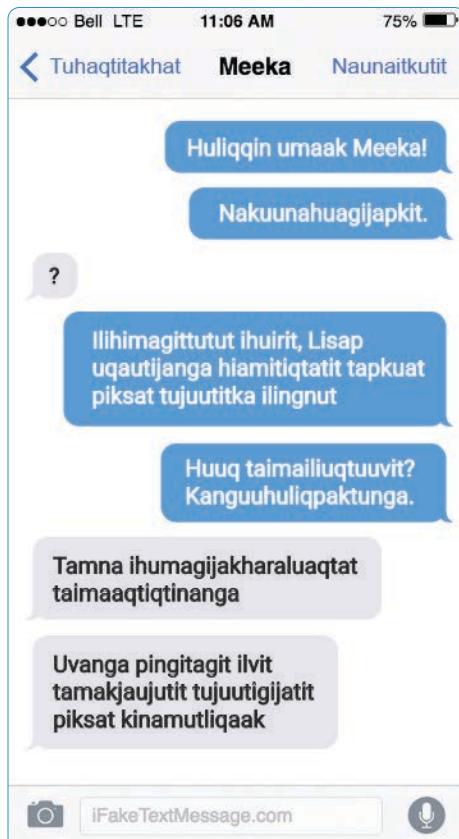


# Angiqtaugimaittumik tujuqtuq uhinngajunik piksanik/ akiraqtuidjut nuliarnikkut

“Akiraqtuidjut nuliarnikkut” inuk tujurangat takujakhaungittunik (uhinngajunik/nuliaktunik) piksamik qun’ngialiuqtamik aallamik inungmik angiqtauhimaittumik. Taimailivaktut piqatigiiktuk tujuqhimamajut nuliarnikkut pixsamingnik inmingnut taimailivaktut piqatigiiktut tujuqhimamajut nuliaknikkut piksanik avatingnut ahiit avitkangamik, ahiit atauhip pixsangit aipparaluarmi ahinut tujuutigiplugit akiraqtuitiginahuaqhugit

## UUKTUUTIGILUGU - 4

Sara unalu Meeka tamangmik 14 ukiuqaqtuk imaaalu ilannariikpaliqtuk tainaaramik aujamii inulrammiit aullaqhimaadjutaani maniqqami. Katimavaktitlutik, tujuqpakhimajuq uhingajumik pixsamingnik avatingnut. Sarap taimaaqtipaga Meeka naattuuq malruuk havainiik ikpiguhugungnairami aadjikkutanik takudjutilrangnirmingnit. Avinnamik ilannarijumaraluanga, kihimik Meeka ningaqtuq Sara-mut avinmani imaaalu piniaqtaqhugu. Hamma uqaqhimamajak avatingnut qanuriliurutaanik.



### Qanuriliurnialiqliqqa Sara?

Ilannarigungni Meeka imaaalu tujuqqatit uhingajunik piksanik, qanuriliurnaqqit?  
**Hunanik naunairutikhainik tuniniaqiuk qanuriliurutinginut?**

# Nuliarnikkut titirarviujut (Sexting)

Nuliarnikkut titirarviujut, imaaluuniit “nuliarnikkut titirarviujut”, pijauniarunaq hijut kappiahaqtajut, imaaluuniit akiraqtuidjut uhinngajumik piksat inulrammiit aippariit, imaaluuniit qaujimangitamingnik. Inuk uqarvigijat iquniarunaq hijuq kinajakhamingnik – naunaijautigilugu, inirniq angut inuuuhuktunguaqtuq nuliarnikkut uqaqatiqariaminik arnarutimut.

## UUKTUUTIGILUGU - 5

10-ukiuqaqtuq Elisapie atuqtiaulipaktuq appangmi piutaanik iPad-mik ulapqijaminik angajuqqaani aihimatitlujit. Atuqtailajujuq ikkiakkurutaanik WiFi, kihimik ilihimajaa angmaqtirutingnik qaritaujaliqutaanut imaalu ilani ijqtuqhuni qaritaujakkulipaktuq tuninguitgangamigit ulaqpqidjutit alianatqijaungmata. Paqittivaktuq alianaqpiaktumik ulapqidjunmik uqarvigatoraqtit amigaittunut aallanut nutaqqanut ulapqititlutik. Aliahukpiaktuq, kihimi titi-trarviugami nutararmit ilihimangitaminit. Uqaqtuq atiminik Tommy imaalu 12nik ukiuqaqtumi, kihimik ihuittut ittuq iqujutut ittuq. Apirinnaliqtaa tujuqupluni hivajautaa nampaanik uqariamingni inmingnaq. Elisapie qingijuq, kihimik Tommy uqaliqtuq iqhinaqtnunik imaalu ihumaliqtuq tujrlugu hivajaunminik nampaanik taimaariangani. Unniutijumagaluaqhugit angajuqqaani, kihimi iqhiijuq ilitturikpakiakhainik qaritaujakkuriaminik.

### Qanuriliurnialiqliqqa Elisapie?

Elisapie ihumaliuqtuq unnirumangitugu angajuqqaaminut, tunijaa Tommy-mut hivajautimi nampaminik. Hamma uqautigijaak Tommy-lu. **Qanuqtut uqautiniaqqiuk Elisapie?**



Taimailiuqtauguvit aadjikkuutav-janik inungnik uumanii ilangani, hapkuat naunaikutikhat ika-juutauniaqtut ilingnut:

Ikajuutikhat nutqaqtitlujit hiamitiqtauningit uhingajunik piksat, takulugu una **needhelpnow.ca**

Uqarlutit inungmut talvuuna qaritaujakkut ajuqhaqtitauguvit, hivajarlutit Nutaqqat Ikajuqtit Hivajautaa **1-800-668-6868**,imaaluuniit titirarvigilugu **CONNECT** to **686868**.

Takulugu una Kanatami Katimaviat Nutarap Aanniqtailinirmut naunaikutikharnik qaritaujakkut ajuqh-aqtitaujut, talvani **www.protectchildren.ca**.

# Kukiktut imaalu itquumangittut naunaitkutit

**Kukiktut imaalut itquumangittut naunaitkutit (itquumangittunik tuhaqtitijut) aallangavjaktut aallanit qajangnaqtunit takuniarunaq hijatit qaritaujakku, kihimik ihuaqtut ilihimagupkit qanuqtut ilitaqhijarni imaalut qanuriliurutikharnik tapkutiguuna. Hamna ikajuutauniaqtuq ilingnut kukiirviungittaarni maningmik, tujurupkit naunaitkutitit, pinahuaqhimaittumik, imaaluuuniit hiamitirinirmik nauaiqtakhanik itquumangittunik.**

# Itquumangittut najunaitkutit

Itquumangittut naunaitkutit taijauvaktut imaatut “itquumangittutthaqtakhat”. Taimailivaktut inuit hiamitirijarangamik titiraqhimajumiik imaaluuuniit titiqqamik, tapkutiguuna inungnut tuhaumapkaidjutikkut taimaitukkut Facebook, naunajakhimaittumik itquumajakhanik, imaalut amigaittutniy inungnit ukpirijaavaktut. Ilaani, ihuinaaqhimajuq; ilangit tuhaqtitakhat qaritaujakkuurutaani titiraqhimajut nangudjutit titiqqat (taimaittut The Beaverton, The Onion unalu Walking Eagle tuhaqtakhat), ilangita inuit qaujimangitit itquumangittut. Ilaani, inuit titiraqtut titiqqanik ukpirinnahuarutatit tapkuatt itquumangittut tuhaqtakhat itquumajut. Uqautauvaktut itquumangittut tuhaqtakhat titiqqattapkutiguuna kavamaliqijikkut, aanniarutikkut, ningarnikkut imaalut aallat hunat inuit iqhigijait imaaluuuniit ihumalungnaqtut.



# Kukiktut

Ilanga aturnirmik Ilkiakkurunmik qajangnaittumikqaujimanirmik inungnik iqujunik  
ajuqhaqtinahuaqtut ilingnik.  
Tujuqtauvagunaqhijutit  
qaritaujakkut titiqilvingnut uqaqtut  
akimajutit akiraqtugakhamik, imaalu  
akitujumik hunamik tujuqhimajut  
titiraqarvikkut, imaaluniit  
uqaqhutik pihimataqagtut  
qun'ngialiuqhimagumik ilingnik  
imaalu tujurniaqtat tamainut  
tuitirarvingnut maliqangitkuvit  
pitqujamingnik. Taimailiuqpaktut,  
hapkuninga kukingnahurritut,  
qaritaujakkut titiraqtut, nuivaktut  
akhuuqhaidjutit, imaaluniit  
tuhaqtidjutit inungnut  
tuhaumapkaidjutikkut, pinahurrittut  
inuup naunaitkutinginnik. Pijumajut  
qaritaujakkut titirarvingnik,  
bankmik naunaitkutingnik,  
imaaluuniit aallanikluuniit ahinut

inungnut tunijakhagingitarnik.  
Ilangit kukiktiajuitpiaktut  
tuhaqtidjutikhakit itquumakpiaktutut  
ilittugit (naunaijautigilugu,  
uqarniaqtun bank-mit pijamingnik  
angmaqtirutingnik, imaaluniit  
khavagviujumit kavamatkunit  
pinahuritlugu SIN nampangnik.)  
Ilihimalutit bank-mi havaktit  
imaalu kavamatkuni havagviujut  
apqhijuttut inuup naunaitkutiinik  
taimaatut. Ilihimangitkuvit  
tapkutiguuna qaritaujakkut  
titirarviinik imaaluniit nuivaktut  
itquumajakhainik, uqarlugu  
naunairlugu ukpirijarnut inirnirmut.  
Hivajarlutit bank-mut imaaluniit  
aallamut havagvigjuarmut  
unniutilugit inungmit tujuqtaujutit  
iquplutik (itquumangittut)  
qaritaujakkut titiraqtut inungnut,  
tuhaqtijamingnik aallanik  
akiliqtuijunik.



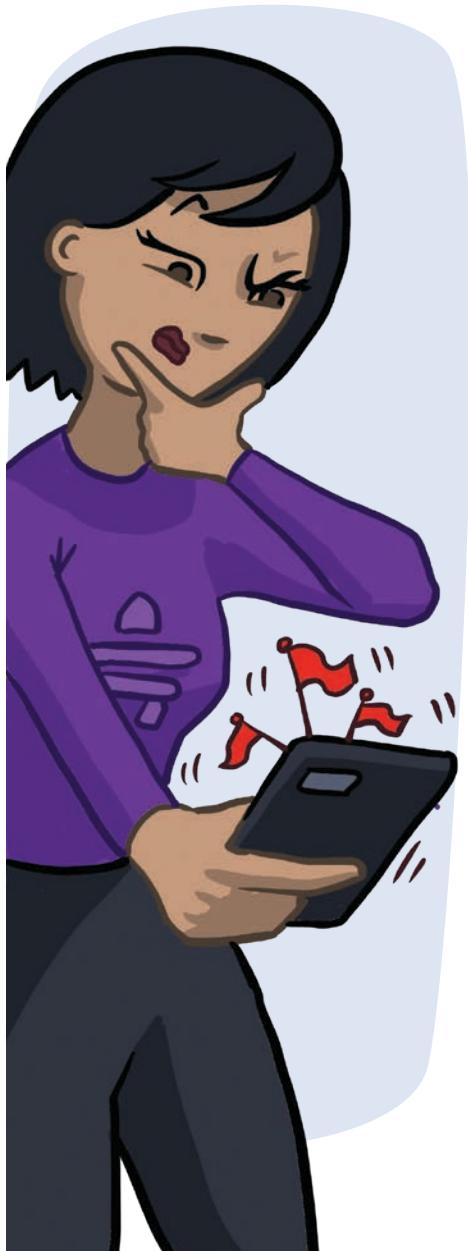
# **Qanuqtut ilitturiaqqaq titiqqat kappianaqtut, qurlungnaqtut, ukpirnaittunik qulaagut titiraqaqtut itquumajakhainik?**

## **Hamma ikajuutikhat:**

- **Taigurlugu titiqqat.** Amihut titiqqat qulaani titirangit hunaujakhanik, ilangit taijaujut arnarhijumaplugit, unipkaaq ahiagut pihimajumik hunaujakhanit. Qulaani titirangit piliuqhimaqjuq inungnut arnaqhiplugit imalaal qurlungaqhimaqjuq inungnut arnaqhiplugit, kihimik unipkanga ahiaguuktuq.
- **Takuurlugit aallat tuhaqtakhat qaritaujakkuurutait.** Unipkaaq itquumakpat, taimaittunaqhijuq tuhaqtakhat unipkaariniaqtat, atahuinaungittumik malruinnaungittungnik.
- **Najugaa ukpingnaqqaa?** Unipkaak nuipkaktauhimakpat inuup titirarvianut, imaittukpat YouTube video, imalaaluniit nuipkaktauhimaitpat iungnut tuhaumaplakaidjutikkut najugaani tuhaqtinnatit, itquumangittunaqhijuq tuhaqtakhat.
- **Aturlugit ihuaqtumik ihumaliurnirmik ajittakhat.** This means using knowledge Una tukiqaqtuq pijariktutit, qaujiharnirmik, ilvit ihumaliurnirmik tapkuutiguuna. Tupakkuvit ublumi imalaal takuguvit titiqqamik uvaniFacebook uqaqtuq “Uttuqqaaq Ancient nunapiluanit qagaktuq nunagani Naujaat”, kihimi ilannatit ilatitlu titirangittut talvuuna qagaktukkut, imalaal piqangittuq Nunavunmi tuhaqtakhat titirarviujut nuipkaingittut talvuuna, tamna titiqqat itquumangittunaqhijuq.



Uukturlugit ulapqilutit itquumangittut talvani [www.newsliteracy.ca/fakeOut](http://www.newsliteracy.ca/fakeOut), ihumaliurlutit titiraqhimaqjuq itquumajakhainik. Ajurnatqijaujuq ihumagijarnit!)



## **Qanuqtut ilihimaniaqqik qajangnaqhiguuma qaritaujakkut? Qanuq ilitariniaqqigit hivuuranaqtut naunaitkutikhat?**

**Amigaivjaktut naunaitkutikhat  
ilingnut tapputiguuna qaritaujakkut  
qajangnaqtunik. Uniqtukhaujutit  
qanurunaarngitarnut inirnirmut  
uqarviuguvit qaritautakkut inungmit  
taimailiuqtumit:**

- Aallaujutut itpat inuk uqaqtaminit atirminik, imaaluu “aallangakpat” imaaluuunit idjuhinga aallagigungni
- Tujuqqat kappianaqtunik ningahuktumik, pittiangitpat imaaluuunit nuliarnikkut piqaqtunik tujuqqatit
- Akhuukhakpatit (tujuqattaghutit titirarvigiplutit, taimaarumangitpat)
- Pijumakpat inuup naunaitkutiinik naunaitkutinik
- Uqarikpatit ajuitturiplutit imaaluuuniit angiqhaaqhutik pijumajaminik pipkanahuqaqhutit
- Uqaqhutik angajukhaujaminik ilingnit imaaluuunit uqaqhutik angajukhiujutut ittutit ukiurijarnit
- Ighihaakpatit taimaaqugungni tujuqupluni piksangnik imaaluuunit inuup naunaitkutiinik

Ajurnaqtuq qanuriliurutikharnik hapkunani iidjuhiujuni, imaaluu inulrammiit kappiajhaapkaktut, qanurunaqhutiklu, ihumalukhutik ajuqhaqtitauniaqtumik uqarumik inungmut qanuriliuqtaugumik.

## **Hamma pingahut anginiqaqtuq atuqtakhatit inuup kappiajhaaqqatit qaritaujakkut taimailiurlutit:**

**1**

**TAIMAARIT  
ILAUHUIRLUTIT.**



**2**

**TAKULIMAIQTITLUGU INUK  
ILAULAILUGU UUMANI APP  
IMAALUUNIIT ATUQTARNI  
(PIJUMINAQQAN).**



**3**

**IMAALU PIHIMALUGIT AADJILIUQTATIT  
PIKSAT/TITIQQAT IHUANGITTUMIK  
UQAQATIGIIKTITLUTIK TAPKUAT  
MALIGATIGUT IKAJUQTIKHAT  
IHARIGIJANGIT ILAUJUKHAUGUMIK.**

## **Qanuqtut ilihimaniaqqik ikajuqtikhailiuruma?**

**Anginiqaqtuq apiqhilitit  
ikajuqtikharnik  
kappiahukkuvit qaritaujakkut,  
taimailiuqtauguvit iidjuhiatut:**

- Inuup titirarvigikpatit ihuittumik imaaluuuniit nuliarnikkut uqarvigilutit ilingnik imaaluuuniit allanut inungnik
- Iidjuhirijat allianaraluaqqat taimailiuqtaalikhuni kihimi kappianakhikpat iqhilaruvitluuniit
- Takuguvit inuup piksainik qun'ngialiuqtaniklu inungmit tujuqtauhimajunik inuup angiqhimatainik
- Inuup angajukhiukpat ilingnit uqaliqqaan piqatigijumaplutit imaaluuuniit nuliarnikkut uqarvigiplugit
- Iqhihaaqtauguvit imaaluuunit angiqharijut akilirumaplugit inungmit

Hapkuat iidjuhiujut ihuinaarutaujut, ukiuqaqqan angajukhiupluni ilingnit imaalu inuk uqarvigijat.



# **Ukiuqaqtuq angiotaarunminik nuliarnikkut hulipkainirmik Kanatami**

<b>UKIUQAQTUT UKUAT NUTARAUHUILIQTUT INULRAMMIITLU</b>	<b>ANGIOTAULLAVAT?</b>
<b>Nukakhiit 12 ukiuqaqtut</b>	Imannaq
<b>12 imaaluniit 13 ukiuqaqtut</b>	Ilaani – ukiuqatigingitpata imaatut ikitqijanik 2 ukiuni*
<b>14 imaaluniit 15 ukiuqaqtut</b>	Ilaani – ukiuqatigingitpata imaatut ikitqijanik 5 ukiuni*
<b>16 imaaluniit angajukhiq</b>	Hii – ilangit pijukhat*
<b>18 imaaluniit angajukhiq</b>	Hii

- \* Angiotauniq uminga maligakhamik inuk angajukhiukpat ukpirijaupluni imaaluniit havaaqaqhutik ukpirijaujumik atanniqtuidjunmik inulrammirmit, inulrammik munarijaukpat inungmit, imaaluniit piqatigiiktuk iqhihaarijut. Naunairutikhat una ajuiqhaijit, ilihaijit, inuit ihuarijatit iglukharnik imaaluniit niqikharnik, ministaujut/angaqjupkaijit, imaaluniit inuit aturniaqtut inulrammiq inungmik maniliurutikhaminik

# Hunauvat maligatigut ihuidjutit qajangnaqtunut qaritaujakkut iidjuhiujut?

## Nutararmik Uhinggaajumik Piksat -

Ukuat ilaujut uhinggaajut imaaluuuniit ilanganik uhingajut piksat imaaluuuniit qun'ngialiugat inungmik ukiuunikhimaittumik 18nik, imaaluuuniit inungmik nukaqhiujumik 18nik ilaujumik nulianik-kut hulijunik. Kanatami, qun'ngiaqtut, pihimajut, tujuqtut, nuipkajut imaaluuuniit piksaliuqtut imaaluu imaittunik qun'ngialiugat ihuinaarutaujut, KINAUGALUAQITLUTIT atauhirmi piksamii imaaluuuniit qun'ngialiuhimajumi.

## Angiqtauhimaittumik Tuniuqhajut

**Uhinggaajunik Piksamik** – nuipkaiguvit tunihiguvit uhinggaajumik piksamik imaaluuuniit qun'ngialiugtarnik aallamik inungmik angiqtauhimaittumik, imaaluuuniit ilihimaguvit tujuutigitqungitait ahinut, malitagit ihuinaarniaqtutit. Tujuqtauguvit piksamik imaaluuuniit qun'ngialiugtamik imaittumik, uqallautidjavat inuk kinamit tujuqtaujutit taimaatutlu hiamitiridjutaa ihuinaarutaujuq, imaaluu piidjavat tujuutigihimaittumik aallamut inungmut.

## Uumilruhaqtaujuq/qaritaujakkut

### Iqhihaaqtaujut/angiqhajut

**akilirumaplugit** – Inuit ilaujut nallini hapkunani iidjuhiqaqtunut

Taimailiuqtauguvit, imaaluuuniit ihumaguvit aturungni, nalinnik ihuinaruutaujunik titiraqhimajunik hamani, unirlugit Kanatami qaritaujakkut ajuqhaqtaijut ikajuutikhat hivajautaa uvani

[www.cybertip.ca](http://www.cybertip.ca)

qaritaujakkut pallihimanut uqaqtaullajut kuatiqtitalutik.

**Uqaqtuq iqhiharipluni** – Uqaqtuq aniqtirijumapluni inungmik, ahirruijumapluni piqutainik, imaaluuuniit anniqhijumapluni ilannaginik, piqpajiangin, imaaluuuniit pamirhanginik ihuinaarutaullajuq.

**Qaritaujakkut llautqujijuq** – Inuup uqarvigidjait inulrammirmik inungmik qaritaujakkut ajurnaitqijaujumik pinahuarnirmik nuliarenikkut ihuinaarnirmik inulrammirmut inungmut, tamna ihuinaarutaujuq. Naunairutikhat qaritaujakkut llautqujijuq inirniujut titirarvigiplugu inukrammik talvuuna Facebook imaaluu angiqhaaqhugu tujuqplugu uhinggaajumik piksanik.

## Piliuqtut Nuliarnikkut Tuharnaqtunik

### Nipiliuqtut Hailijut Inungmut ukiunikh-

**imaittumik 18nik** – Inuup takupkaikpat tujuqqatlu nuliarnikkut hunanik taimaittunik uhinggaajumik inungmut ukunikhimaittumut 18nik ajurnaitqijautiplugu piluni nuliarnikkut ihuinaarunmik inmingnut, ihumagijaujuq ihuinaaqqtut.

## Nulirnikkut Iqhihaarijut

– Tapkuat 16 imaaluuuniit 17 ukiuqaqtut aktuqtaugumik, imaaluu inmingnik aktuqtitaugumik imaaluuuniit aktuqtitikpat aallamit inungmit iqhihaarijimingnit, inungmit havaaqaqtumik ukpirijaujumik imaaluuuniit atanniquidjunmik (angajuqqamik, munraqtimingnit imaaluuuniit ilihaijimingnit), imaaluuuniit inungmit pittiarnrimingnit, imailiuqatumik nulirnikkut iqhihaarijut.

# Qanuriurniaqqigut qajangnaqtut?

## Hunauvat ilangit qajangnaitkutikhat nutarauhuiliqtut inulrammiitlu qajangnaitkutikhamingnik qaritaujakkut?

Ihumagilugu ilikkut takupkaqtakharingitatit hiamitiqhimaittumiklu. Inuup naunaitkutiinik (humi nunaqariakharnik/havagviit/ iliharviit, imaaluu aallat naunaitkutitit hivajautit nampait) ilijaujukhaungittut inungnit tuhaumapkaidjutikkut naunaitkutingnut. Taimaitpat, itakunnairlugit, ilannainarnut takutaalirlugit. Ilihimalugit kitkutqaritaujakkut ilannarijatit, imaaluu angiqtailugit tukhiuit inungnit ilihimangitkupkit.

Itqaumalutit nuipkaiguvit hunamik qaritaujakkut, imaaluuunit tujuruvit hivajautikkut titirarlutit tuhaqtitakhamik, piijalimairniaqtatit ihuaqhalimairlugitlu ilvit.

Ihumaliuqpaglutit tujuqtinatit ilingnik piksamik kinamut, imaaluuuniit titirarlutit aannirnaqtumik imaaluuuniit kannguharuinirmik aallamik inungmik. Takupkarumaviuk angajuqqarnut? Inirnirmut? Aniqatingnut? Takupkarumangitkungni, nakuuniarunaqhijuq titirangitkungni.

Nallit qaritaujakkut titirarvigivaktatit qappiahuktitpakpatit? Ilaginiarunaqhijat ilannat, ilaruhiit, imaaluuuniit inungmit qaujimangitarnit; inuup uqarvigikpatit qappianaqtumik, nutqaqtaaktutit uqarvigihurlugu. Uqarlugu kinamut qanurunaaringitarnut knap qaritaujakkut ajuqhaqtinnahuaqqatit nakuungittumik.



# Hunauvat ilangit nutqaqtinahuarutikhat nakuungittumik titirarviuguvit uqarviuguvitluuniit qaritaujakkut?

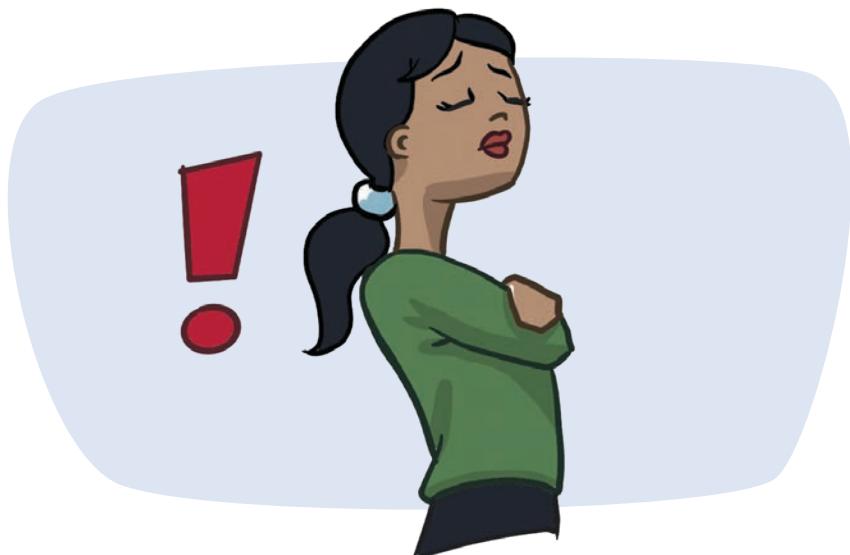
---

**Hugihuirlugit** – Kialiqaaq uqaqtimalaitaatit pijumangitkuvit. Uqaqatigiiktutik kappiahuliruvit imaaluuniit ihuittutut ilikpat, pilaarutiqaqtutit kiuhuirlutit. Titiraqhinggaaqqata, takulimaiqtitlugu ilingnik, imaaluu unirlugu uumanii app atuqtarnik titirarvigiplugu.

**Aturlutit iglarnaqtumik** – Ilaani, taimaalimaiqtutut ilitkuvit uqarvigijarnik, nanguttilutit ahiit allamik uqautiqarlutit.

**Uqautilugu** – Ihuarihirungni, uqautilugu inuk. “Imannaq”, “Pijumangittunga” imaaluu “Tamna nakungittuq” tamaita aturuminaqtut uqallautikhavit inungmut qanuriuqujijuq ilingnik pijumangitarnik.

**Pijumajarnik ilvit akhuurlutit** – hakuittutut ilimaittutit imaaluuniit pikumangitkuvit ihuaringitarnik. Ilitturipkarugu inuk ajuqhaqtitpatit pipkarnahuaghutit pijumangitarnik uqaruirumaniaqtutit angilimaittutitlu.



# Huna nakungitpiaqqat

**Pimmarikhaakpiaraluqaqtitlutut, kinaliqaak ajuqhaqtitaullajuq imaatut qaritaujakkut ajuqhaqtitaujut, imaalu inmik pingittut. Taimailittariiruvit ajuqhaqtitauguvit, imaaluuuniit taimailiuqtauguvit, imaatutlu uqaudjidjutait uumani taiguami ikajuutaungitpata ilingnut, atuqtakhaqaqtut nutqaqtidjutikharnik ajuqhaqtitaudjunmik.**

- Ajuqhaqtitauguvit naliinik ihuinaaqtitaudjutinik qanuriliurutinik titiraqhimagut qulaani, hivajaqtaaqtutit nunangni maligaliqujikkunut Pallihimanut (RCMP). Pijuminaqqan, qanurunaringitarnik inirnirmik malikitltutit imaaluuuniit ilannat malikitlugu ilingnut ugariaqtuqtitlutit pallihimanut, uqaqtitauniaqtutit titiraqtajumik imaaluuuniit nipiliuqtaulutitluuniit uqaqtitlutit ajuqhaqtitaudjutingnik.
- Inulrammiuguvit ukiunikhimaituvit 18nik imaalu ilvit inuup nuliarnikkut ajuqhaqtipatit imaaluuuniit

ajuqhaqtitauguvit qaritaujakkut, uniqaaktutit ajuqhaqtitaudjutingnik uvani [cybertip.ca](http://cybertip.ca).

- Atuhimagoguvit qanuqtut ajuqhaqtitaudjunmik qanuqtut ukiuqaqtitlutit ihumakkut uquumairnaqpiaktuq imaalu ajurnaqpiakhunilu, munarivaklutit ilingnik. Uqarvigilugit inuit qanurunaringitatit qanuriliuqtaudjutingnikajurniaqtatit qanuriliurutikharnik mamihaidjutikharnik imaalu qajangnaittmik.
- Ajuqhaliruvit, imaaluuuniit ikajuqtikhaittutit ilitkuvit, kangiqhijaungittutut ilitkuvit, uqainnariaqaqtutit uqaudjimut, inungnut ikajuqtimut, imaaluuuniit hivajarlutit nallianut hvajautikkut ikajuqtinut nunguani taiguap titiraqhimagut qanuriliurutikhavit.
- Itqaumalutit hunanik kia unniutihimakpatit, ilvit pingittutit ajuqhaqtitingittutit, mamittaqaqtutit.



# Ihuaqtut Inuit-ihumagijangit qaritaujakut titiraqhimajut

## SIKU app

SIKU imaittuq app piliuqtauhimajuq Inuit ihumagipluginit aallanut tujuutaujukhat imaalu munaripligut pitquhikkut qaujimajangit, anguniarnikkut imaalu maniqqami. SIKU auqtaullajuq tujurlugit naunaikutikhat hilaup qanurinningagut, tariup hikuagut, imaalu takujuvangiik uumajut, imaatutlu anguniarnirmik unipkaanik imaalu Inuktut atiinik hapkuninga hkup qanurinningagut. Nakuukpiaktuq app inukrammirmnut inungnut ajuiqhajumajunut pitquhirmingnik qaujimajakhamingnik imaalu ilitturihimalutik anguniaqtit qanuriliurtainik inmikkut imaalu aallani nunallaami. SIKU hailijuq uvani App Store tapkununga iPhones, imaalu uvani Google Play Store tapkununga Android atuqtijuunut.

## Inuktiture

Aajikkuutaa Youtube, Inuktiture ([www.inuktiture.com](http://www.inuktiture.com)) qarotaujakkurutaani qunngiarvikhat qun'ngialiuqhimajunik. Taafumamatut ingittuq Youtube, tamaita qun'ngialiuqhimajut uumanit Inuktiture piqaqtut Inuit atuqtakhainik. Amigaittut aallatqiiktut atugakhangit, ilaujut Atuqtuujat, ] Nutaqqat, Inuit Qaujimajatuqangit imaalu Nunallaami, tamaitalu qun'ngialiuqhimajut ihivrieruqtahimajut imaalu angiqtauhimajuy najugaanit piliuqtinit. Inuktiture nakuukpiaktuq atuqtakhaliuqhimajuq inukrammirmnut

pijumajunut amigaittunik Inuk tuhaqtakhat.

## Tusaalanga

[www.tusaalanga.ca](http://www.tusaalanga.ca) qaritaukjakkurutaani piliuqhimajat Pirurvik imaalu nakuukpiaktuq atugakhaq iliharnirmik Inuktutit. Nakkukpiaktuq atugakhaq kinamut uqalimaittumut Inuktut aimavingmingni, imaaluuuniitajuiqhattiarumajuq ajuitaminik. Tusaalanga piqaqtut ajuiqhaqtakhanik aallatqiiktunik uqauhiqaqtunik imaalu ilaqaqtuq tainiinik, uqauhirmik, nipiliuqhimajunik, uqaqatigiiktunik ajuiqharumajut Inuktutit Qablunaaqut imaaluuuniit Uivitititun pidjutigiplugu kitut ihutqijajut ikajuutikhat ilingnut.

## iNaqittaq

iNaqittaq imaatut app hailijuq uvani App store tapkununga Apple products, imaalu pipkarlutit ilaurutigilugu qaliujakpait naqitaut qaritaujaliquitingnut. Ilaqaqtuq qaliujakpait atuqtajunjuk Nunavunmiimalu atuqtajunjuklu hamani Nunavik.

Titiraqhimajut amigaittunik nakuujunik apps hailijunik Inuktutit, takulugu “**Apps Nunavunmiut ilihimajakhait**” (tunijaujukhat.)



# **Naunaiqtakhait angajuqqaanut**

---

## **1. Tamainnik qaritaujakkut qajangnaittumik**

- A. Qanqtut angajuqqangit  
nutarauhuiliqtut  
inulrammiitlu  
uqautikhingit  
inuuuhiringnaqtunik  
qaritaujakkut iidjuhirmik?
- Humangittu inulrammirnut It's nutaqqanutlu ilaani arruhungnirmik angajukhiutqijamingnik inungnik, kihimi inuuuhirkut inirnirit ilihimajut taimainginalimattut nutaqqat arruhungnirmingnik. Uqautilugit ihuittuq inirnirit arruhungnirmik/nulirnikkut piqatigingnirmik inulrammirnik ukallu nutarauhuiliqtut. Inuup ihuittumik nutararnik, uqautilugu nutarat ilihimapkarlugu inmik pingittut ihuinangittut. Inirnirit taimailiuqtut nutaqqanut inulrammirnutlu pijurivaktat nutaraq, uqaqhutik

nutaraq "pipkailiqtuq" imaaluuuniit "pinahuruitaatik", kihimi uvagut muarijakhaqqut inirniupluta pinahuaqhimaittumik inulrammirnik.

- Uqautilugunutarat uqautittaaktait hunavaluit iihumalutigijatik qaritaujakkut, kangunaraluqaqtitlugit. Inuk tamarmik ihuinaaqpaktut, imaaluu ihuittumik ihumaliurniq tukiqangittuq pijukhat ajuqhaqtitaujakhaittut imaaluuuniit ih=qhihaaqtaujakhaittut.
- Uqautilugit anginiqaqtunik hiamitnaittumik imaaluu pihimaplugit atiqarvitik takunnaqtumik tapkuanginnarnut inungnut ilihimajamingnik inuuuhirmingnik. Una ikajuutaujuq ikiglinahuarutikhanut aktilanganik nutarat ihuittumik pidjutaujunut.

B. Angajuqqanguplunga,  
qanuqtut  
ilihimaniaqqik nutarara  
ikajuqtaujukhaukpat?

Naunaitkutikhat ilangit nahurijakhatit nutarat takunnaqqat takunnaqtut ajuqhaqtitaupkata qaritaujakkut. Mihigimaniarunaqhijutit hunamik ihuiguuhukkuvit; taitaittauq, nutarat qaujimajukhaq pinahugilimaitat ajuqhaqtitauhimakpata, imalu qanurunarnaittutit unniutijaujukhaujutit. Ilangit naunaitkutikhat inulrammiutit ajuqhaqtitauhimajut:

- Nipaukaiktut, in'ngummaqtuq, uqarumajungnaiqtuq imaluuniit ningahimainnaliqtuq
- Takunnaqtuq aallanguqtuq hivituniqaqtumi qaritaujakkuurangamik (hivikitqijauniaqtuq)
- Ilaujumajungnairumik hulipkaidjutini akliagijaraluamingnik
- Amigaigjumijut timimikkut ajuqhautait, niaqurliurniq imaluuniit aqiarurliurniq
- Ajuqhaqtuq hinigiakhaminik, imaluuniit hinikpallanginalikhutik

Hapkuat naunaitkutaujut inulrammiutit aanniqtauvaktuq qaritaujakkut, naunaitkutaujukhat uqaqatigijakhat nutaqqat ajuqhautiqqaqqat.



## C. Hunat inulrammiutivit/ nutarauhuiliqtup ihariagijait ilingnit

Amigaittut naunaitkutikhat uvani taiguarmi kapianaqtut imalaunuut iqhinaqtut angajuqqaanut imala mu naqtiujunut inulrammirnut, kinauguvit atujuitkuvitlu qaritaujakkurunmik ilingnik. Anginiqaqtuq itqaumalutit nutararnut qajangnaittut ukpirnaruvit uqarvigijami itquumajumik inuuhirmingnik imala hulidkutinik qaritaujakkut.

Tamarmik ilagiit inmikkut maligakhaliuqhimagut qanuriurtikhanik ihuarijaungittunik atuqtakhainik inulrammiit aturnikhanut qaritaujakkurutikkut, kihimi ilaujukhaujutit hunanik nutaravit pidjutainik. Ilitturinahuarludit qaritaujakkut takuvaktainik imala huuq nakuugijakhainik, ulapqidjutinik ulapkivaktainik, hulivauhiinik inungnut inungnuti tuhaumapkaidjutikkut. Ilauvakkuvit nulrammiutivit imala nutarauhiktuvit qaritaujakkut atuqpagainik anginiqaqtuqlaujami ahiaqut inuuhiani, imala ikajuutauniaqtua ihuaqtunik qaritaujakkurutikkut aturnikhanik. Ajuhautiqaliqqaata, piqaqtitijami qajangnaittumik najugakhanik nutaravit uqariangan qanurittamingnik ihuaqtaujuq.

Hulidjutiqaqqata nutarauhuiliqtut inulrammiitlu hunamik uqautigijariiktarnik qajangnaqtumik (uqarnirmik inungnut ilihimangitamingnut qaritaujakkut), uumilruhaqtaujuqtimaaluuuii qaritaujakkut ajuqhaqtaijut atuqtamingnik INMIK ihuinaaqhimaittut. Uqautigihimmaarlugit qajangnaitkutikhangit, kihimi pinahugulugu nutarauhuiliqtut inulrammiitlu uqaqqata qaritaujakkut ajuqhaqtaijut tilingnut ikaju] utaulimaittut, imaaandlu uqarumahirniaqtut ilingnut hunamik hivunirmingni.

## 2. Qairitaujakkut ulapqidjutit

Amihut ulapqidjutit qaritaujakkut amigaittunut ulapqijunut ilaudjutiqaqtut, imalaunuut ulapqijaujukhat qaritaujakkut amihunit katimajunit atuqtaujanginik. Ilangit atuqtauqattaqpaktut naunairutikhat hapkuat ulapqidjutait inulrammiit hamma PUBG, Fortnite, Minecraft unalu Roblox. Ulapqijami qaritaujakkut qajangnaittuq, nakuujuq ihumagijakhat angajuqqaathunani ulapqidjutainqanurittakhainiklu qajangnariakhainik aturninganut.

Hivulliik malrkulapqidjutik uqaqhimaguk qulaani tapkuak battle royale (fningaqtaijut tuqutirhugit) hiqusqajut ulapqidjutit. Fortnite ukiuqaqtunut ihuatqijaujuq augjuangittut, kihimik

ulapqipkaijuituvit ningaqtaujunik qaritaujakkut ukapqidjutinik, uqarvigijakhatit nutarauhulilqtut inulrammiitlu aaturninganik. Minecraft unalu Roblox nunarjuami -igluqpanirmik ulapqiuajak, hkihimi ulapkijauttaaktuk qaritaujakkut, tukiqaqtuq ilihimangitarnit inungnit uqarvigaaktaa nutarat;unaluttauq taimaittuq ukuanangni PUBG unalu Fortnite. Taimaatut, nutaqqat qaujimajukhaq qajangnaqtunik uqarvigijami inungnik ilihimangitamingnik qaritaujakkut,uqautigitaaktatitlu ilagiit kigligitqaturnirmik uqarvigijanik takuimaiqtitluq imaaluuuniit titiraqatigilugit inungnik ilihimajarnik, qajangnaittumik.

### Ulapkidjutit maniit imaalu manivialuit maniit

Tamaita ulapqidjutit taijauhimajut qulaani piqaqtut ulapqidjunmik maningmik ulapqijut atuqtakhanik niuvrutikhanik ulapqidjutikhamingnik

hunanik. Pijuminaqqa takhidjutikhanik manngmik ulapqititlutit ulapqidjutinik, kihimi amihutqijamik, ulapqidjutit tunihimaktun ulapqijunut aturnikhanik manivialungmik maningmik niuviraigumik maningmik. Una ilihimajakhat imaalu IHUARILUGU nutaravit qanuriliurutinga, uqautigilugitlu qanuqtut amihuiqluqhugu imaalu qanuqtut aktigijumik maningmik aturniaqtun ulapqidjutimut. Pingitkuvit, make satukkiutitit naunaitkutait tutquqhimaittumik kitunut atuqtajunut (hivajautinnuarnut, qaritaujat titirautainut qaritaujanut) nutaqqavit atuqpagainut ulapqijagangami ulapqidjutinik, ilaani atuqkiktinniarmatit tad�ainnaq. Kihiani aturniitit maningmik qaritaujakkut ulapqijanik, anginiqaqtuq nutaqqat ilihimajukhaq imaalu angiqlutik maliktakhamingnik.



# **Atugakhait angajuqqaat, munaqtit imaalu ilihaijit**

## **Qaritaujakkut qajangnaittumik**

### **Unicef**

Qaritaujakkut qajangnaitkutikhanik ikajuutikhangit angajuqqaat nutarait aturluaqattaqpaktut Ikkuaakkurutimnik pidjutigiplugu Qalagjuarniq-19  
[www.unicef.org/coronavirus/keep-your-child-safe-online-at-home-covid-19](http://www.unicef.org/coronavirus/keep-your-child-safe-online-at-home-covid-19)

### **Canadian Centre for Child Protection**

Kanatami ikajurnahuaqtu maniliurnikkut ikglinahuaqhugit titirarviuplutik piniaqtaqtauplutik imaalu nakungittumik atuqtauningat nutaqqat. Una turaarvikhat tunihijuq atugakhanik pittailitikhanut qaritaujakkuurutikkut titirarviuplutik piniaqtaqtauplutik imaalu nakungittumik ihuittumiklu aturningat.  
[www.protectchildren.ca/en/resources-research/](http://www.protectchildren.ca/en/resources-research/)

### **Ikajuqtikhailiuqqit Tadja**

Qaritaujakkut ikajuqtikhat nutqaqtinahuaqhugit hiamitiqtauningit uhingajunik piksat, ikajuqtikhraqaqatumik, imaittuniklu aadjiliuqtaqtunik kangiqhidjutikhanginik makpiraanik.  
[www.needhelpnow.ca/app/en/\\_downloadable\\_resources-youth](http://www.needhelpnow.ca/app/en/_downloadable_resources-youth)

### **Ihumavit U Ilihimajut**

Una qaritaujakkurut tahamaniittuq nunangani United Kingdom, kihimik piqaqtuq amihunik kangiqhidjutikhanik nallaumajunik

Nunavunmiunut, ilaujut ulapqidjutit imaalu qun'ngiakhat ikajuutikhangit ilihautikhanut inukrammiit tamainik ukiuqaqtun talvuuna qaritaujakkut qajangnaitkutikhanik.

[www.thinkuknow.co.uk/professionals/](http://www.thinkuknow.co.uk/professionals/)

### **Cybertip**

Kanataup nunaqaqtut ikajuutikhat hivajautikkut unnirlugit qaritaujakkut nuliaqtaunikkut ajuqhaqtiajut imaatutlu nakungittumik atuqtauningat nutaqqat.  
[www.cybertip.ca/app/en/](http://www.cybertip.ca/app/en/)

### **Childnet International**

Nunarjuami timiqutaujuq ilihaudijumajut nutaqqanik, inulrammirnik, angajuqqaanik imaalu and ilihaijinik talvuuna qanuqtut qajangnaitkutikhanik qaritaujakkut.  
[www.childnet.com/teachers-and-professionals](http://www.childnet.com/teachers-and-professionals)

### **Takujakhanut Ajuitlutit**

Una turaarvikhaq tunihijut kangiqhijakhanik munaqtijuunut imaalu ilihaijinut qanuqtut nutaqqat inulrammiitlu aturnikhanut uqautigilugitlu atuqpakhimajatik kappianaqtumik takupkaidjutikkut qaritaujakkut.  
[www.mediasmarts.ca/tipsheet/dealing-fear-and-media](http://www.mediasmarts.ca/tipsheet/dealing-fear-and-media)

### **Nutaqqat Ilihimajut (Kids in the Know)**

Nutaqqat Ilihimajut (Kids in the Know) Kanatami qajangnaitkutikhat pinahuaruti piliuqtauhimajuj tapkunanga Munaqtaunirmik Kanatami Katimaviat Nutararnut Aaniqtaulitikhat imaalu tunihijut atugakhainik inulrammiit tamainik

ukiuqaqtunut, ukuallu munaqtijunut.  
[www.kidsintheknow.ca](http://www.kidsintheknow.ca)

### Pauktuutit

Amigaittut naittut qun'ngiakhat  
piliuqtauhimajait Pauktuutit Inuit  
Arnat Kanatami ihuaqharumaplugit  
qaritaujakkut qajangnaitkutikhanik  
Inuinnarnut.

[www.youtube.com/c/Pauktuutit\\_Inuit\\_Women\\_Canada#p/u](http://www.youtube.com/c/Pauktuutit_Inuit_Women_Canada#p/u)

Atuutit - Quviahuktunga  
Aanniqtaulimainnana

### Kivgaqtuiji Nutaqqanut Inulrammirnutlu

Havagviat Kivgaqtuiji Nutaqqanut  
Inulrammirnutlu havakpaktuq  
ikajuqhugit inulrammiit Nunavunmiut  
kivgaqtuqhugit nipingit imalaal  
naunaiqhugu Nunavut Kavamanga  
malikhugit pilaarutait.

[www.rcynu.ca](http://www.rcynu.ca) • [contact@rcynu.ca](mailto:contact@rcynu.ca)  
1-855-449-8118

### Umingmak Centre

Tamna Umingmak Centre,  
nunangani ittuq Iqaluit,  
ikajuqpaktut ilagiiniq nutaqqaniklu  
aktuqtauhimajunut taimaatut  
nuliaqtaunikkut ajuqhaqtitaujuq.  
Unniqhimaguvit qaritaujakkuurutikkut  
nuliaqtaunikkut ajuqhaqtitaujumik  
nutararnik Pallihimatkunut RCMP  
imaaluuniit aallanut atanniqtuijinut,  
ikajuqtautquniarunaqhijitat nutaqqatlu  
taffumunga Umingmak ikajuqtaulutit  
munarijaujarni.

[www.umingmakcentre.ca](http://www.umingmakcentre.ca)

### Ihumakkut aanniaqtailinirmik imaalu inuuiringnaqtumik

### We Matter

We Matter una Kanatami  
timiqutaujuq, hivulliqhuqtaupluni  
Nunaqaqqaaqhimajut inulrammiit,  
pinahuaqtat Nunaqaqqaaqhimajut  
inulrammiit ikajuqtikhat, pijumajatik  
imaalu inuuirmi ikajuqtikhait.

[www.wemattercampaign.org](http://www.wemattercampaign.org)

### Nutaqqat Ikajuqtit Hivajautaa

Akiittuq, 24/7 qaritaujakkut  
imaaluuniit hivajautikkut uqaudjinirmik  
nutaqqanut inulrammirnutlu  
Qablunaaqtun imalaalunit Uivitititun.  
An app, "Always There", hailijurlu  
aadjiliugakhaq taffumanga App  
Store imalaalunit Google Play.  
Inulrammiit uqaudjaujumajut talvuuna  
titirarvikkut titrainariaqqaqtut talvunga  
hivajautikkut CONNECT to 686868.  
[www.kidshelpphone.ca](http://www.kidshelpphone.ca) •  
1-800-668-6868

### Kamatsiaqtut – Nunavut Ikajuqtit Hivajautaa

Atimingnik titiraqhimattumik, hiamitiqtaungittumik hivajautikkut uqaudit  
tapkununga Ukiuqtaqturmuniut  
ajuqhaqtunut imalaaluniit ihariahuk-  
tut naalaktikhamingnik. Ikajuutikhat  
hailijut Qablunaaqtut, Inuktutit imalaal  
Uivitititut. [www.nunavuthelpline.ca](http://www.nunavuthelpline.ca) •  
1-800-265-3333

### Hope For Wellness

Hivajautikkut ikajuqtikhait  
Nunaqaqqaaqhimajut inuit tamainni  
Kanatami. Ikajuutikhat hailijut  
Qablunaaqtut, imalaal Uivitititut,  
imaatutlu Inuktutit tukhiqtaukpat.  
[www.hopeforwellness.ca](http://www.hopeforwellness.ca) •  
1-855-242-3310



ΔհԵՐԸ ՃՈՎԻՇ ԵՀԿԱՆԵՈՒՇ  
IQITIAQHIMALUGU INUUHQ KATIMAJIIT  
EMBRACE LIFE COUNCIL  
CONSEIL SAISIS LA VIE

ՈՐԵԵՑԵՑ 2259  
Iqaluit, Nunavut  
XOA OHO

▷ՔԵ▷Բ: (867) 975-3233  
ՀԵՏԵԺ: (867) 975-3234  
ԷՐԵՐՈՅԵԺ: 1-866-804-2782

---

embrace life@inuuusiq.com  
www.inuuusiq.com