



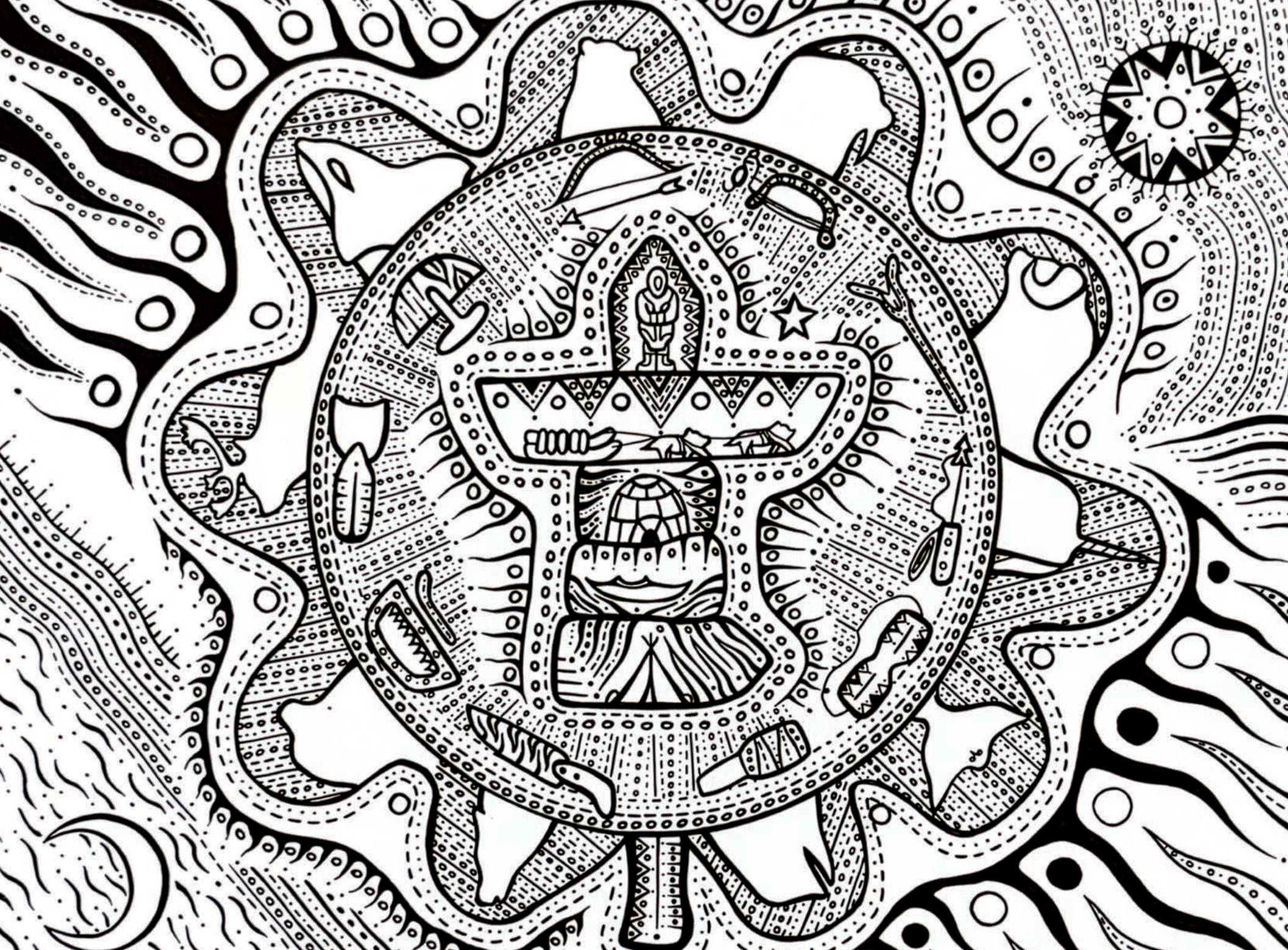
ΔΛΙΒΓΛΡϞ ΔΔΔΓϞϞ ΔΔΔΔϞϞ
IQITTIAQHIMALUGU INUUHIQ KATIMAJIIT
EMBRACE LIFE COUNCIL
CONSEIL SAISIS LA VIE



ϞϞϞϞ ϞϞϞϞ ϞϞϞϞ ϞϞϞϞ · TATQIQHIUT · CALENDRIER · CALENDAR



Pallapuu • Igimaq Williamson Bathory • 2025



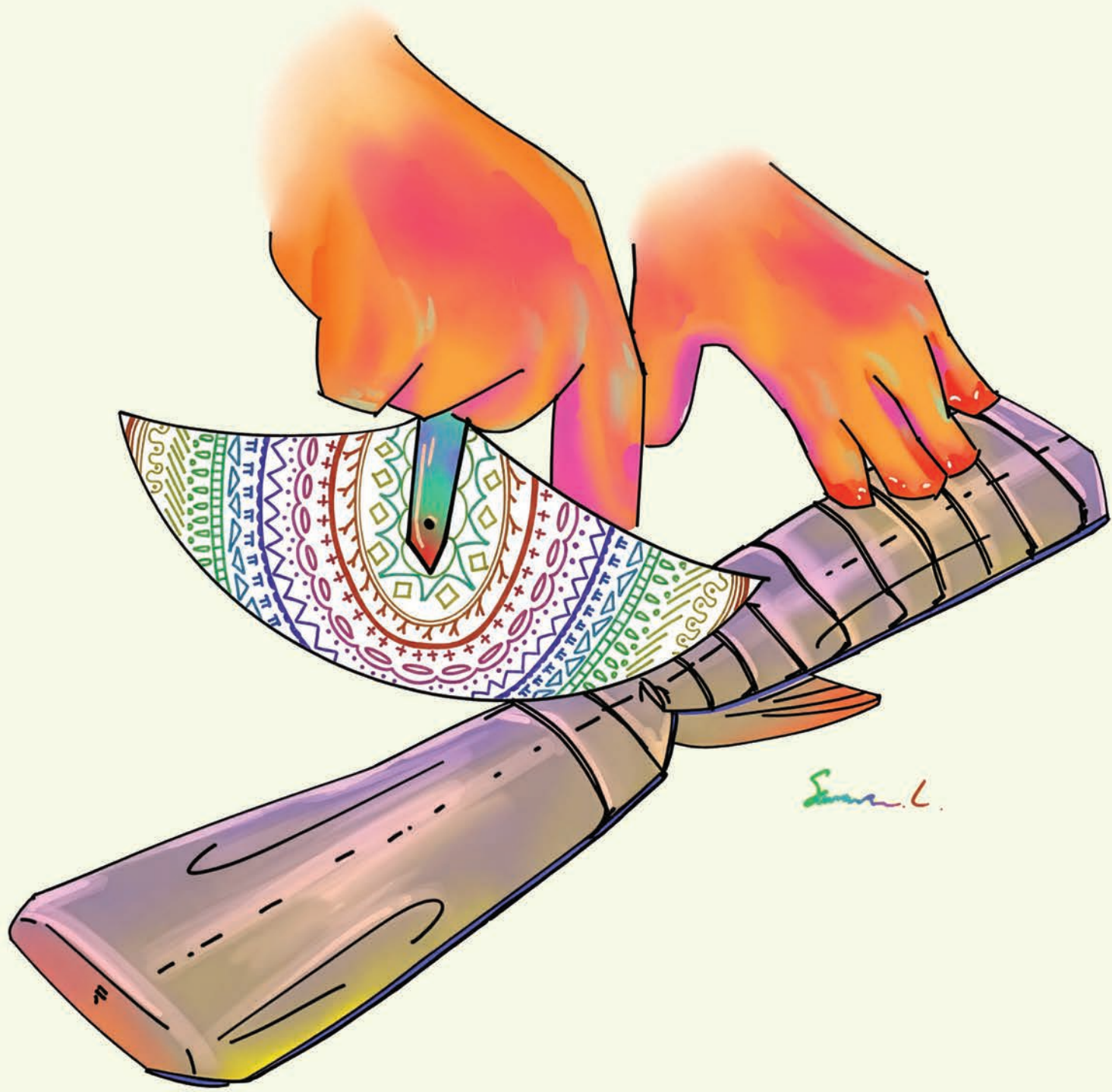








ᑎᑎᑎᑎᑎ

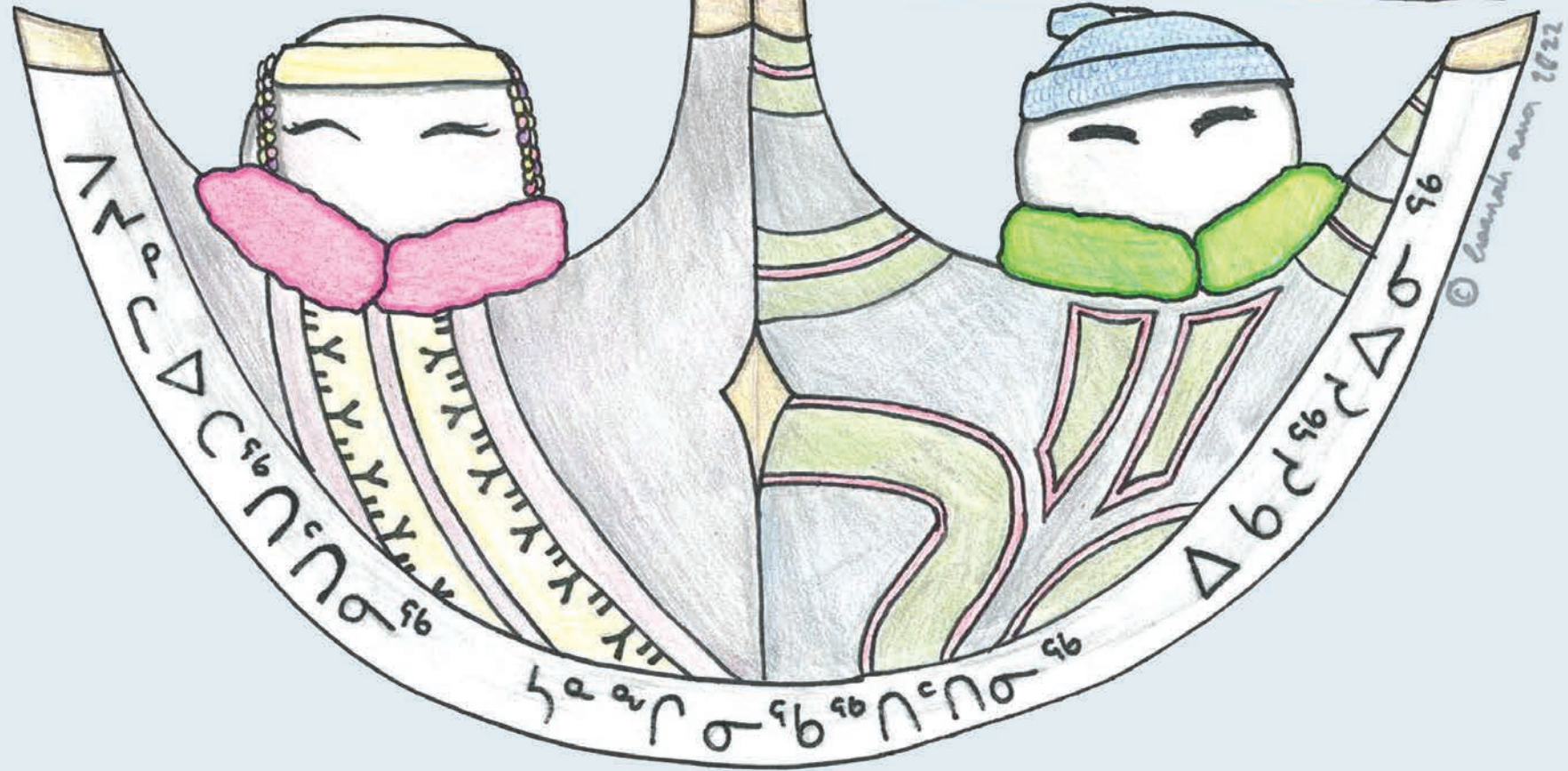


Samara L.



My Cabin at Grenier Lake • Gretchen Jancke • 2024











ᑎᓯᐱᑎ · UBLUIRVIA

DECEMBRE · DECEMBER

2026

| ᑭᓄᑦᑕᐱᑦ Unaguiqhirvia Dimanche Sunday | ᓇᑭᑭᑦᑎᑦ Hivulliq Lundi Monday | ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ Aippiut Mardi Tuesday | ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ Pingattiu Mercredi Wednesday | ᓯᑕᑭᑎᑦ Hitammiut Jeudi Thursday | ᑕᑦᑕᑭᑎᑦ Tallimmiut Vendredi Friday | ᓯᑕᑕᑦᑎᑦ Saaluuti Samedi Saturday |
|---|---------------------------------------|---------------------------------------|--|---|--|--|
| 29 | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | ● | 9 | 10 | 11 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | ○ | 24 | 25 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 |

ᑕᐱᐱᑦᑕᑦᑎᑦ
ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ · Ukiumi · Hiver · Winter

ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ · ᓇᑭᑭᑦᑎᑦ
ᓇᑦᓯᑦᑎᑦᑕᑦ ᑕᑦᑎᑦᑕᑦᑎᑦᑕᑦ ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ
ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ, ᑎᑎᑎᑦᑎᑦᑕᑦ, ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ, ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ,
ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ, ᓯᑕᑕᑦᑎᑦ, ᐱᑭᑭᑦᑎᑦᑕᑦ ᐱᑭᑭᑦᑎᑦᑕᑦ
ᑕᑦᑎᑦᑕᑦᑎᑦ ᓇᑦᓯᑦ ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ.

Hilap aallangurniani: Iglu, Nannut
Nattiit uvalu tuktuu amiit aanuraat
Amaruq, tiriganniaq, aqilgiq, ukaliq, aqajat,
nataarnatlu. Ukiuraaluk anguniaqtauvaktut:
tuktuu, nattiit, iqalukpiillu.

Saison: l'iglu et ours polaire
Vêtements en peau de phoque et de caribou
Loup, renard, lagopède, lièvre arctique, varech
et turbot. Récolte à longueur d'année : caribou,
phoque et omble de l'Arctique.

Season: Iglu and Polar Bear
Seal and caribou skin clothes
Wolf, fox, ptarmigan, arctic hare, kelp, and turbot.
Year long harvest: caribou, seal, and arctic char.

ᐱᑭᑭᑦᑎᑦ ᐱᑭᑭᑦᑎᑦᑕᑦ · Inuit Ukiunga
L'année inuite · The Inuit Year
- ᓯᑕᑕᑦᑎᑦᑕᑦ ᑕᑕᑕᑦᑎᑦ

● : ᑕᑕᑕᑦᑎᑦᑕᑦ · Nutaq Tatqiq · Nouvelle Lune · New Moon
○ : ᑕᑕᑕᑦᑎᑦᑕᑦ · Taatattuq Tatqiq · Pleine Lune · Full Moon

ᖃᐅᑕᐱᖅ ᐃᑲᑦᑎᐅᑦᑕᑕᖅ ᖃᖃᓕᑕᐅᑦᑕᑕᖅ · 24 IKAARNIIT IKAJUQTIKHAT RESSOURCES 24 HEURES · 24 HOUR RESOURCES

ᑭᑭᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐃᑲᑦᑎᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
"TALK" ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ "Kids Help Phone"

NUTAQQAT IKAJUQTIKHAILIUTUT HIVAJAUTAA

Titirarlugu **686868** naqitarlugu "uqarlugu"
uqalirlutit uqaudjimun.
Qaritaujakkut uqaqatigiigutit
Facebook Messenger unalu
titirarlugu "Nutaqqat Ikajuqtit Hivajautaa"

JEUNESSE, J'ÉCOUTE (E/F)

Envoie un texto au **686868** et tape « parler » pour
joindre un conseiller.
Clavardage en ligne. Sur Facebook Messenger,
tape « Jeunesse, J'écoute »

KIDS HELP PHONE (E/F)

Text **686868** and type "talk" to start talking to a counselor.
Online chat. Facebook Messenger and
type "Kids Help Phone"

1-800-668-6868

ᐃᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
Havaktimut/Ilagiinut Ikajuutikhat
Soutien aux employés/à la famille
EMPLOYEE/FAMILY ASSISTANCE

ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ

Nunavut Kavamanga
Gouvernement du Nunavut
GOVERNMENT OF NUNAVUT (E/I)

1-800-663-1142

ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
Kavamanga Kanadaup
Gouvernement du Canada
GOVERNMENT OF CANADA (E/F)

1-800-268-7708

ᑲᐱᑕᑦᑕᑕᖅ (E/I)
Kamatsiaqtut Ikajuqtit Hivajautaa
Ligne d'assistance Kamatsiaqtut
KAMATSIAQTUT HELP LINE
1-800-265-3333 (E/I)

ᐱᑭᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ

Mamitirnirmik Uqaqhutik

Hailijut hivajautikuttu imaaluuniit takunnaqtukuttu uqarvikhat

Parler pour se soigner

Disponible au téléphone ou par vidéoconférence

HEALING BY TALKING

Available through phone or videoconference

1-888-648-0070 · healing@gov.nu.ca

ᐃᑲᑦᑎᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ (E/I)

Inuit uvalu Nunaqaqqaqtut Niriuktut

Hapkununga Inuuhirinikuttu Ikajuqtit Hivajautaa

Ligne d'écoute d'espoir des Inuits et des Premières
Nations pour le mieux-être

INUIT AND FIRST NATIONS HOPE FOR WELLNESS
HELPLINE (E/I)

1-855-242-3310

ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
Tautugianganik amigaitunik IIKELCmi ilihairutikharnik, pulaarlugu:

D'autres ressources IIKELC peuvent être consultées ici :

To see more IIKELC resources, please visit:

ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ (E/I)

Aullaqtitauhimaplutik Ahinut Ilihariaqhimajut
Annaktuqhimajut Ikajuqtijut Hivajautaa

Ligne d'assistance pour les survivants
des pensionnats pour Autochtones

RESIDENTIAL SCHOOL SURVIVORS HELP LINE (E/I)

1-866-925-4419

ᐃᑲᑦᑎᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ

Ihumamitigut Aaniarutilgit unalu Ipiralairnirmunlu
Hivajarlutit Uvaluuniit Upautilugit
Nunangni Munaqhitkunut

Santé mentale et dépendances Appelle ou rends-toi
à ton centre de santé communautaire

MENTAL HEALTH AND ADDICTIONS CALL OR
GO TO YOUR COMMUNITY HEALTH CENTRE

ᐃᑲᑦᑎᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ
ᐅᖃᑕᐅᑦᑕᑕᖅ

Inminiirnikuttu Ajuqhaqtunut
Ikajuqtit Hivajautaa

Ligne d'assistance en cas de crise
ou d'idées suicidaires

SUICIDE CRISIS HELPLINE Call or Text

9-8-8 · www.988.ca



2026

ᑕᓃᓃᓃᓃᓃᓃ · TATQIQHIUT
CALENDRIER · CALENDAR

ᑕᓃᓃᓃᓃᓃᓃ ᓃᓃᓃᓃᓃᓃᓃ ᓃᓃᓃᓃᓃᓃ ᓃᓃᓃᓃᓃᓃᓃ
ᓃᓃᓃᓃᓃᓃ ᓃᓃᓃᓃᓃᓃᓃ ᓃᓃᓃᓃᓃᓃᓃᓃ
ᓃᓃᓃᓃᓃᓃᓃᓃᓃᓃᓃ

Mettant en vedette des œuvres d'art
réalisées par les gagnants du concours
d'art pour la santé mentale d'IKELC

Piqaqtuq titiraujaqhimajunik
havaktauhimajut akimajunin IKELC
Ihumakktut aanniaqtailinirmun akitaqutautit

Featuring artwork made by
the winners of the IKELC
Mental Health Art Contest

