

Le Conference
Board du Canada

En partenariat avec le



Centre des
Compétences futures

Effective January 26, 2026, AERIC Inc./Signal49 Research discontinued use of 'The Conference Board of Canada' name, logo and branding, which had been used by AERIC Inc./Signal49 Research under license from The Conference Board, Inc. The Conference Board, Inc. and its licensees, which are not affiliated with Signal49 Research, own all right, title and interest in THE CONFERENCE BOARD name and trademarks in Canada and have the exclusive right to their use in Canada since January 26, 2026.

Outils pour la santé et le mieux-être

Isumansungittuq (crise) Mesures de soutien



20 juin 2023

Gestionnaires, membre de l'équipe des ressources humaines ou représentant en santé et sécurité au travail



Centre des Compétences futures

Le Centre des Compétences futures (FSC-CCF) est un centre de recherche et de collaboration d'avant-garde qui se consacre à préparer les Canadiens à réussir sur le marché du travail. Nous pensons que les Canadiens devraient avoir confiance dans leurs compétences pour réussir sur un marché en constante évolution. La communauté pancanadienne que nous formons collabore afin de repérer, d'éprouver et de mesurer rigoureusement des approches novatrices en matière d'évaluation et d'acquisition des compétences dont les Canadiens ont besoin pour réussir dans les jours et les années à venir, pour ensuite partager ces approches.

Le Centre des Compétences futures a été fondé par un consortium dont les membres sont l'Université Métropolitaine de Toronto, Blueprint ADE et le Conference Board du Canada.

Si vous souhaitez en savoir plus sur ce rapport et sur d'autres études sur les compétences réalisées par le FSC-CCF, allez à fsc-ccf.ca ou contactez-nous à info@fsc-ccf.ca.

fsc-ccf.ca

En partenariat
avec :



Le Conference
Board du Canada

Blueprint

Financé par le programme
des Compétences futures du
gouvernement du Canada.

Canada

Principaux termes

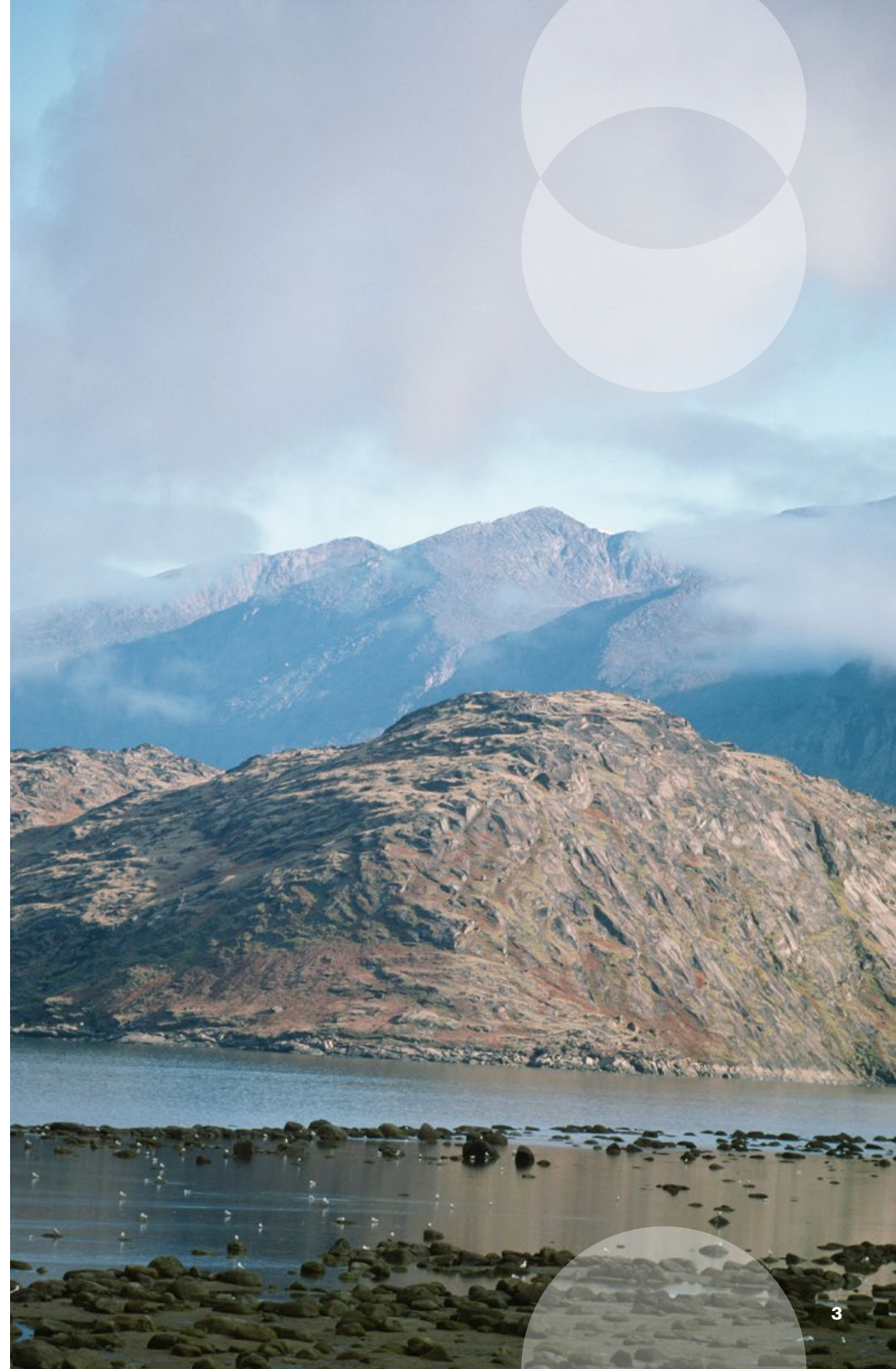
- **Aînés** : Importants gardiens du savoir qui jouent un rôle essentiel dans la continuité culturelle. Ils sont respectés en tant que leaders, enseignants, modèles, mentors et guérisseurs.
- **Gardiens du savoir** : Membres de la communauté reconnus pour leurs savoirs culturels.
- **isumansungittuq**: Problème de santé mentale passager¹.

Utilisez à titre de cadre le document suivant, présenté par province ou territoire. Conservez les ressources pertinentes pour votre organisation, supprimez les autres et ajoutez les vôtres.

Nous admettons que cette liste n'est pas exhaustive. Votre communauté ou votre région peut disposer de ressources ou d'aides dont vos employés pourraient bénéficier. **Vous pourriez notamment ajouter, avec leur consentement, des aînés ou des gardiens du savoir de votre organisation ou des collectivités environnantes qui possèdent une expertise en matière de mieux-être mental.**

Nous vous invitons à consulter régulièrement ce document et à le mettre à jour au fur et à mesure que de nouvelles ressources sont disponibles et que les besoins de vos employés évoluent.

¹ Laurence J. Kirmayer et coll., *Inuit Concepts of Mental Health and Illness : An Ethnographic Study*, Montréal, Hôpital général juif et Université McGill, janvier 1997, p. 126 à 130.
<https://www.mcgill.ca/tcpsych/files/tcpsych/Report4.pdf>.



isumansungittuq (crise) Mesures de soutien au Nunavut

Votre organisation : _____

Programme d'aide aux employés et à leur famille

(consultation confidentielle) Numéro de téléphone : _____

Courriel : _____

Site Web : _____

Ajouts/notes : _____

Votre collectivité et région : Nunavut

Services d'urgence

Ligne d'assistance de Kamatsiaqtut : 1-867-979-3333 (Iqaluit)
ou sans frais au 1-800-265-3333 (24 heures)

Équipe mobile d'intervention en cas de traumatisme d'Ilisaqsivik
(personnel Inuit) : 1-867-924-6565, tungasugit@ilisaqsivik.ca

Ligne d'écoute téléphonique des pensionnats du territoire :
1-800-464-8106

Ajouts/notes : _____

Pour les Autochtones de partout au Canada

Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être (pour tous les Autochtones du Canada, services d'intervention par téléphone et par clavardage en inuktitut, en cri et en ojibway) : 1-855-242-3310

hopeforwellness.ca

Ligne de téléassistance par texto (adultes) : Textez le mot MIEUX au **741 741**.

Ligne de téléassistance par texto (pour les jeunes, de Jeunesse, j'écoute) : Textez le mot Inuit par SMS au **68 68 68** ou appelez le **1-800-668-6868** pour communiquer avec un répondant inuit ou autochtone. S'il n'y en a pas, un intervenant non autochtone apportera son soutien. Les textos étant gratuits, vous n'avez pas besoin d'un plan de données, d'une connexion Internet ou d'une application.

<https://kidshelpphone.ca/need-help-now-text-us>

Survivants des pensionnats et leur famille : 1-866-925-4419
(service d'écoute téléphonique jour et nuit)

Autres, à l'échelle du Canada

Services de crise du Canada (24/7) : 1-800-784-2433,
crisisservicescanada.ca

Ligne d'écoute téléphonique nationale et Parlons suicide Canada : 1-800-448-3000

isumansungittuq (crise) Mesures de soutien au Québec

Votre organisation : _____

Programme d'aide aux employés et à leur famille

(consultation confidentielle) Numéro de téléphone : _____

Courriel : _____

Site Web : _____

Ajouts/notes : _____

Votre collectivité et région : Québec

Services d'urgence

Ligne d'assistance de Kamatsiaqtut : 1-800-265-3333 (24 hours)

Association québécoise de prévention du suicide :

1-866-APPELLE (1-866-277-3553)

<https://aqps.info/nous-joindre/>

La Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik propose divers services de soutien en cas de crise et une liste de numéros de contact par communauté :

<https://nrhss.ca/fr/pour-communiquer-avec-nous>

Ajouts/notes : _____

Pour les Autochtones de partout au Canada

Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être (pour tous les Autochtones du Canada, services d'intervention par téléphone et par clavardage en inuktitut, en cri et en ojibway) : 1-855-242-3310

hopeforwellness.ca

Ligne de téléassistance par texto (adultes) : Textez le mot MIEUX au **741 741**.

Ligne de téléassistance par texto (pour les jeunes, de Jeunesse, j'écoute) : Textez le mot Inuit par SMS au **68 68 68** ou appelez le **1-800-668-6868** pour communiquer avec un répondant inuit ou autochtone. S'il n'y en a pas, un intervenant non autochtone apportera son soutien. Les textos étant gratuits, vous n'avez pas besoin d'un plan de données, d'une connexion Internet ou d'une application.

<https://kidshelpphone.ca/need-help-now-text-us>

Survivants des pensionnats et leur famille : 1-866-925-4419 (service d'écoute téléphonique jour et nuit)

Autres, à l'échelle du Canada

Services de crise du Canada (24/7) : 1-800-784-2433, crisisservicescanada.ca

Ligne d'écoute téléphonique nationale et Parlons suicide Canada : 1-800-448-3000

isumansungittuq (crise) Mesures de soutien à Terre-Neuve-et-Labrador

Votre organisation : _____

Programme d'aide aux employés et à leur famille

(consultation confidentielle) Numéro de téléphone : _____

Courriel : _____

Site Web : _____

Ajouts/notes : _____

Votre collectivité et région : Terre-Neuve-et-Labrador

Services d'urgence

Appelez 811

Ajouts/notes : _____

Pour les Autochtones de partout au Canada

Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être (pour tous les Autochtones du Canada, services d'intervention par téléphone et par clavardage en inuktitut, en cri et en ojibway) : 1-855-242-3310

hopeforwellness.ca

Ligne de téléassistance par texto (adultes) : Textez le mot MIEUX au **741 741**.

Ligne de téléassistance par texto (pour les jeunes, de Jeunesse, j'écoute) : Textez le mot Inuit par SMS au **68 68 68** ou appelez le **1-800-668-6868** pour communiquer avec un répondant inuit ou autochtone. S'il n'y en a pas, un intervenant non autochtone apportera son soutien. Les textos étant gratuits, vous n'avez pas besoin d'un plan de données, d'une connexion Internet ou d'une application.

<https://kidshelpphone.ca/need-help-now-text-us>

Survivants des pensionnats et leur famille : 1-866-925-4419 (service d'écoute téléphonique jour et nuit)

Autres, à l'échelle du Canada

Services de crise du Canada (24/7) : 1-800-784-2433, crisisservicescanada.ca

Ligne d'écoute téléphonique nationale et Parlons suicide Canada : 1-800-448-3000

isumansungittuq (crise) Mesures de soutien au Yukon

Votre organisation : _____

Programme d'aide aux employés et à leur famille

(consultation confidentielle) Numéro de téléphone : _____

Courriel : _____

Site Web : _____

Ajouts/notes : _____

Votre collectivité et région : Yukon

Services d'urgence

Ligne d'aide et de détresse du Yukon (sans frais, gérée par des bénévoles, confidentielle, ouverte tous les soirs de 19 h à 3 h) : 1-844-533-3030 (service d'écoute téléphonique)

Ligne d'écoute téléphonique des pensionnats du territoire :
1-800-464-8106

Ajouts/notes : _____

Pour les Autochtones de partout au Canada

Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être (pour tous les Autochtones du Canada, services d'intervention par téléphone et par clavardage en inuktitut, en cri et en ojibway) : 1-855-242-3310

hopeforwellness.ca

Ligne de téléassistance par texto (adultes) : Textez le mot MIEUX au **741 741**.

Ligne de téléassistance par texto (pour les jeunes, de Jeunesse, j'écoute) : Textez le mot Inuit par SMS au **68 68 68** ou appelez le **1-800-668-6868** pour communiquer avec un répondant inuit ou autochtone. S'il n'y en a pas, un intervenant non autochtone apportera son soutien. Les textos étant gratuits, vous n'avez pas besoin d'un plan de données, d'une connexion Internet ou d'une application.

<https://kidshelpphone.ca/need-help-now-text-us>

Survivants des pensionnats et leur famille : 1-866-925-4419 (service d'écoute téléphonique jour et nuit)

Autres, à l'échelle du Canada

Services de crise du Canada (24/7) : 1-800-784-2433, crisisservicescanada.ca

Ligne d'écoute téléphonique nationale et Parlons suicide Canada : 1-800-448-3000

isumansungittuq (crise) Mesures de soutien dans les Territoires du Nord-Ouest

Votre organisation : _____

Programme d'aide aux employés et à leur famille

(consultation confidentielle) Numéro de téléphone : _____

Courriel : _____

Site Web : _____

Ajouts/notes : _____

Votre collectivité et région : Territoires du Nord-Ouest

Services d'urgence

Ligne d'assistance des TNO (24/7, gratuite, confidentielle et anonyme) : 1-800-661-0844.

Ligne d'écoute téléphonique des pensionnats du territoire : 1-800-464-8106

Ajouts/notes : _____

Pour les Autochtones de partout au Canada

Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être (pour tous les Autochtones du Canada, services d'intervention par téléphone et par clavardage en inuktitut, en cri et en ojibway) : 1-855-242-3310

hopeforwellness.ca

Ligne de téléassistance par texto (adultes) : Textez le mot MIEUX au **741 741**.

Ligne de téléassistance par texto (pour les jeunes, de Jeunesse, j'écoute) : Textez le mot Inuit par SMS au **68 68 68** ou appelez le **1-800-668-6868** pour communiquer avec un répondant inuit ou autochtone. S'il n'y en a pas, un intervenant non autochtone apportera son soutien. Les textos étant gratuits, vous n'avez pas besoin d'un plan de données, d'une connexion Internet ou d'une application.

<https://kidshelpphone.ca/need-help-now-text-us>

Survivants des pensionnats et leur famille : 1-866-925-4419 (service d'écoute téléphonique jour et nuit)

Autres, à l'échelle du Canada

Services de crise du Canada (24/7) : 1-800-784-2433, crisisservicescanada.ca

Ligne d'écoute téléphonique nationale et Parlons suicide Canada : 1-800-448-3000



Des idées qui résonnent ...

Outils pour la santé et le mieux-être : isumansungittuq (crise) Mesures de soutien

Alicia Hibbert, Twiladawn Stonefish et Nafisa Sarwat

Pour citer ce rapport : Hibbert, Alicia, Twiladawn Stonefish et Nafisa Sarwat. *Outils pour la santé et le mieux-être : isumansungittuq (crise) Mesures de soutien*, Ottawa, Le Conference Board du Canada, 2023.

©2023 Le Conference Board du Canada*

Publié au Canada | Tous droits réservés | Entente n° 40063028 |

*Constitué sous la raison sociale d'AERIC Inc.

Ce document est disponible sur demande dans un format accessible aux personnes ayant une déficience visuelle.

Agent d'accessibilité, Le Conference Board du Canada

Tél. : 613-526-3280 ou 1-866-711-2262

Courriel : accessibility@conferenceboard.ca

®Le Conference Board du Canada est une marque déposée du Conference Board, Inc. Nos prévisions et travaux de recherche reposent souvent sur de nombreuses hypothèses et sources de données et présentent ainsi des risques et incertitudes. Ces renseignements ne doivent donc pas être perçus comme une source de conseils spécifiques en matière de placement, de comptabilité, de droit ou de fiscalité. Le Conference Board du Canada assume l'entière responsabilité des résultats et conclusions de cette recherche.