Naammanaaqtumik Havagiami unalu Hivuuranarniq

Aangayaarnaqtuq Atuqtut unalu Havaaq

Hivuurarnarniq (qauyimayauvlunilu munariniq/havaaq) nalunaittuq aangayaarnaqtumik aturamik taimaa aannirnaqtumik qanurilingalaaqtut uvvaunngittuq hivuuranarniq havaktuq, uuminngaluuniit havaqatigiyangit, tiliuqti, unalu havaktuliqiyi.

Havaktuliqiyit malittiaqhimayakhaat tamaita havaktiita havadjarikhinirmut qayangnaittumik. Hivuuranarniq havagvingmi aangayaarnaqtumik imiraangat qayangaqhuni taamna haktuliqiyit munariyakhaat ukunani atuagaq pitquhighanlu.

Hunaugami aangayaarniq?

Hanayauyuq ilaurutigivluniuk, aangayaarniq kuvilaaqtut nalunaiqhimayangit ihumaaluktailidjutauyuq iihilaaqtuq. Niuqqaraangat aangayaarniq kayumuuqpagaat inuu'p qaritap mihingnautaa kinguvalaaqtangit huliniarutaa qanurilingayakhaanillu akuniata ukunani qaritaq timingalu.

Hivuuranarningit aangayaarniq atuqtut iluani havagvianit

Aangayaarniq nalunaiqtauvlunilu hivuuranarninga hulidjuhianit, taimaa tunihilaaqhutik inungnut ihumaliurahuaqtunut ayuqhalaaqhutik qayangnaunigut, qayangnaunigut aallanut, uvanilu qanilrannit avataita.

Taimaattauq, uvattiagunnguraangat-atulirningit imiqtaaraangat aangayaarnaqtumik (imin'nguhukhimayuq, iminngaguiqhimayuq) taimaa aanniarnaqhuni ayuqhalaaqhutik qanuq ihumagiyaamingni.

Aangayaarniq imiqtunut ayuqhautilaaqtut tamarmik hivutuyumik-unalu naittuugaluarmik-tukihianit atuqtunut, ilagilaaqhugu aallatqiinit aanniarnaqtumik ayuqhalaaqtut, unalu hivuuranaqtumik ihumalaaqtut. Aturaanaqtumik-tukiliutaanit aangayaarnaqtumik atuqtut taimaa katilviuhimayauyuq ulurianaqtumik aanniaryuaqhimayunut aanniarutinullu.

Qanuq naunaiqhimalaaqtangit aangayaarnikkut ayuqhaqtut iluani havagviani

- Havaqattanngittut: una ilitquhia havanngittunut hungmallikiaq havagianngittut, aaniaqhimainnaqtunut havanngillarniq, tuulliiqpakhutik havagiayuktunut.
- Hivuuranaqtumik pitquhia: ayuqhaqpaktut tupaumilaayuittut havakhutik, ingutaaraangat imangayutut ilitquhia, uqattialaittunut, tiliuqtinut tautugumanngittangit, ningahuinnaqhimaniq.
- Havaatigut ayuqhaqtut: kinguvainnaqhutik havaangit kiuyakhait, havattialaittut, huliyungnaiqpakhutik, havagviatalu hiamihimainnaqtuq, puiguinnaliqhutik hivuniguulaittunilu.
- Ilitquhirinngittangit ilitquhia: havaktit avaliittumainnarumayut, pimmarluummiyaaqhutik uqamiilliyumainnaqhutitauq qilamik quviahungitpaktut.

Ihuiluutinit aangayaarnirnut iluani havagvingmi

- Havakti qayangnirnigut: pimmarluutivakhutik, ingattaqpakhutik ninngaumaniq/ningarumayullu.
- Auladjunnaqtumik ayuqharniit: auladjuunaiqpaktut, ihuinaaqattaqhutik.
- Havakti aanniarninga: aannianginnaqpakhutik aanniarnikhaitigut ikayuutikhanut atuinnaqpaktut.
- Havakti inuuttiarnaittuni: havagvingmiiyuiqpakhutik, taimaa havagluarnaqhutik havaqatinut, taimaa havaqatigiingnikkut piyuiqpakhutik ikayuqattaruiqhutiktauq.
- Havagviani qayangnauninga: kukikpakhutik, ningarumaniq, nanguttinahuarniq.
- Ayurnaqtumik ihumaliuqpakhutik: atauhiunginnaqhutik nanminingit ayungitkaluaqhutik, hivuuranaqtumik ihumaliuqpakhutik.
- Nunalingni ilaginiit: qayagihuiqpakhutik, maliktakhainillu pivlugit, unalu aallat qanurilingavaktut hivullirivagaat ilumuuqtumik ukpirihuiqhugu unalu nanminiqutigut angmaumanikhanut iluani nunalingni.

Aangayaarnaqtuq Atuqtut unalu Havaaq

Havagviak Inikhautaat unalu Munariyakhangillu

HAVAKTULIQIYI UNALU TILIUQTIT

Atannguyat, tiliuqtit unalu havaktuliqiyit ikayuutingit turaaqhimayakhaat ihumaaluutiqarniqqat haffumani hivuuranarnikkut.

- Pivallialuni pilimmakharlunilu haffumani hivuuranarniq atuagaq pitquhingningillu aulapkaihimayut inuuttiarnikkut ilihautikhat, hivuuranarnikkut nalunaiqhiiyut uuminngalu ihuaqpiaqtumik ihivriurningit, mamiharniq mamihaqturiaqhimayut haffumani ihumaaluktunut havaktinut.
- Qauyimayakhatit haffuminngat hivuuranarniq atuagaq.
- Tuhaqtilugit hivuuranarniq atuagaq pitquhinginlu angmaumainnaqhimalugu tamainnut havaktunut.
- Titiraqhimalugit unipkaaqhimalugillu qanurilingannirumik ilagiyauyut taanngarnikkut iluani havagvingmi malikhimalugit atuagaq.
- Ihivriuqhimainnarlugit tamaita unipkaariyangit kangiqhihimayauyunilluuniit hivuuranarniq iluani havagvingmi.
- Atuinnaqhimalugit pamiqhiyangit maligautaanit kitunuliqaak havaktinut hunanik malikhimanngittangit haffumani hivuuranarniq atuagaq.
- Tukhiutigiyaugumi, ilittuqhiilugu ihumaaluktunut havaktinut ikayuqhimalugillu ikayuutikhainit humiliqaak pivigilaaqtut ihuariyamingnik mamihautikhainit ikayuutikhainillu.
- Maliinnarlugulu ahinut uqalaittatit haffumani ihumaaluktunut.

Tunngavingit

Kaniitian haffumani Havaktuliqiyi Qayangnairnigut, *Substance Use in the Workplace (Hunngittunik Atuqtut iluani Havagvingmi)*

Havaktuliqiyita'p Ikayuutikhangit Katimayiit – Alberta, *Alcohol & Drugs in the Workplace (Aangayaarniq unalu Higaarlungnit iluani Havagvingmi)*

Atlantic Kanata Katimayit ukunanngat Ipiralairnikkut, *Problematic Substance Use That Impacts the Workplace (Ayuqhautiyangit Hunngittunik Atuqtut Ihuiluutauhimayuq Havagvingmi)*

HAVAKTIT

- Ilauqatauhimalugit havakhuni ilihaqtut ikayuutauyuq nalunaiqhilugit unipkaarutigilugu hunanik ihumagiyaugumik hivuuranarniq iluanu havagvingmi.
- Unipkaarihimalugit ilingnik atuqhimaguvit havautituruvit mamihainikhanut hivuuranarniarumi huliyakhanut.
- Tuhaqtilugit quyaginnaq ayuqhautinit ayuqhaliruvit aangayaarnaqtunmi tiliuqtinut, uuminngaluuniit uvunga kampani'p atuagaq.
- Malikhimalugit hivuuranarniq atuagait pitquhinginlu, ilagilugulu unipkaaqhiilugit ihumagiyaukpat hivuuranarniq.

ILAGIIKTUT HAVAKTULIQINIQ QAYANGNAUTINGA KATIMAYIRALAAT

- Malikhimalugit havaktuliqiniq pivallianingit unalu pilimmakhainit atuagat pitquhinginlu ukuninngat munaqtiuyunut havaktut havaktingillu.
- Akunngani qimilruqattarlugit tamaat atuagat pitquhinginlu ilagiyangit uvunga hivuuranarniq iluani havagvingmi.
- Qimilrurningit unalu kiuvikhautikhaliurlugit ukunanngat atuagaq pitquhinginlu nutaannguqtiqattarlugit ikayuutikhat nailinahuarlugit qayangnarnikkut ilagihimayangit hivuuranarniq.

Nunatsiaq unalu Nunavut Qayangnautigut Maligautaat

Havaktuliqiyit Qayangnautigut Maliguarutit, Ilangani 35.1, Hivuuranarniq

Uyaraqtarvik Qayangnautigut Maliguarutit, Ilangani 18.1.01 (NT), Hivuuranarniq, unalu Ilangani 18.02.1 (NU), Hivuuranarniq