



## Mise à jour sur la COVID-19 : le 23 novembre 2020

### Ressources pour les membres des communautés des Premières nations, des Inuits et des Métis

Kwey, Aniin, Shé:kon, Ainngai, Taanshi,

Nous tenons tout d'abord à rendre hommage au peuple algonquin Anishinabeg, sur le territoire traditionnel non cédé où se trouve la ville d'Ottawa. Nous souhaitons étendre ce respect à tous les peuples des Premières Nations, aux Inuits et aux Métis, à leurs ancêtres, à leurs aînés et à leurs précieuses contributions passées et présentes à cette terre.

Voici quelques faits saillants de la semaine de la part de Santé publique Ottawa (SPO) :

#### Dépistage de la COVID-19 à Ottawa



Le Centre d'évaluation au volant pour la COVID-19 sur la promenade Coventry déménage au stationnement du **Centre national des Arts (CNA)** pour l'hiver. Un centre d'évaluation ouvrira ses portes au Centre communautaire McNabb dans le courant du mois.

Pour réserver votre test, rendez-vous sur le site Web [Information sur le dépistage de la COVID-19](#).

Pour les **Inuits** qui souhaitent accéder au test pour la COVID-19, veuillez contacter l'**équipe de santé familiale des Inuits de l'Akausivik** pour prendre rendez-vous.

Services offerts en inuktitut et en anglais.

Adresse : 24, rue Selkirk, bureau 300

Téléphone : 613-740-0999

Heures d'ouverture : de 9 h à 17 h, du lundi au vendredi

#### Sondage de participation pour la phase 4



#### Veuillez faire part de vos réflexions!

Nous sommes en mode intervention d'urgence contre la COVID-19 depuis maintenant huit mois. Nous voulons connaître les défis que vous avez dû relever en suivant les recommandations de santé publique sur la COVID-19. Nous voulons aussi connaître des idées pour des rassemblements de vacances et des activités sociales plus sécuritaires. Veuillez répondre à notre nouveau sondage et aux questions du forum sur [Participons Ottawa](#).

#### Masques



SPO vous encourage à choisir des masques à trois couches lorsque vous achetez ou fabriquez de nouveaux masques. Vous pouvez continuer à porter vos masques à deux couches bien ajustés, puisqu'ils fonctionnent presque aussi bien que les masques à trois couches. Cependant, lorsque vous remplacez vos masques de tissu ou en obtenez d'autres, recherchez les masques à trois couches.

Pour en savoir plus, veuillez consulter notre page Web [Masques](#).

À consulter :

- [Mask Required](#) : affiche en inuktitut et en anglais par Tungasuvvingat Inuit.
- [Pratiquez la distanciation physique, portez un masque](#) (versions en [algonquin](#), en [inuktitut](#) et en [michif](#))
- [Mettre et enlever un masque de façon sécuritaire](#) (versions en [algonquin](#), en [inuktitut](#) et en [michif](#))

#### Prenez soin de votre santé mentale



Si la COVID-19 affecte votre santé mentale ou celle de quelqu'un que vous connaissez, de l'aide est disponible.

- L'[Association des femmes autochtones du Canada](#) offre de nombreux programmes propres aux Autochtones, comme un soutien aux Aînés, un soutien aux jeunes et aux personnes 2ELGBTQQIA, une aide en matière de violence familiale et d'agression sexuelle et la prévention du suicide.
- [Jeunesse, J'écoute](#) est toujours là. Sans jugement et entièrement confidentiel, le service est offert 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Consultez [JeunesseJecoute.ca](#), composez le 1-800-668-6868 ou envoyez par texto le message CONNECT à 686868.
- Voici une [ressource en ligne pour les communautés autochtones : Santé mentale, mieux-être et COVID-19](#) (en anglais seulement) offerte par Services aux Autochtones Canada.

Pour obtenir des renseignements à jour sur la pandémie de COVID-19 à Ottawa, consultez le [site ottawa.ca/covid19](http://ottawa.ca/covid19) ou [santepubliqueottawa.ca/fr/PremieresnationsInuitetMetis](http://santepubliqueottawa.ca/fr/PremieresnationsInuitetMetis).

**Vous pouvez aussi composer le 3-1-1 (ATS : 613-580-9656)**