



## Community Counselling Program

We are so happy you're here!

You made it through the door and that's not always easy.

This is what we want you to know:



- You can come back as many times as you want.
- You can stay for a longer or shorter visit.
- You can see the same people.
- You can see different people.

You can come in person or connect with us virtually.

You can try different things.

There is no one way.

Let's find the way that works for you.

If you don't reach out to us, reach out to someone — a trusted friend, family, or community member. You are not alone.

For more information visit [www.gov.nt.ca/wellness](http://www.gov.nt.ca/wellness).



LEARN MORE



## Programme de counseling communautaire

Nous sommes heureux de vous voir!

Vous êtes venu jusqu'ici, et ce n'est pas chose facile.

**Voici ce que nous souhaitons vous dire :**

Vous pouvez revenir aussi souvent que vous le souhaitez.

Vous pouvez rester pour une courte ou longue visite.

Discutez avec les mêmes personnes.

Discutez avec différentes personnes.

Vous pouvez venir nous voir en personne ou échanger avec nous virtuellement.

Vous pouvez essayer différentes choses.

Il n'y a pas de méthode universelle.

Trouvons la méthode qui fonctionne pour vous.



Si vous avez besoin d'aide et ne souhaitez pas communiquer avec nous; alors communiquez avec quelqu'un d'autre : un ami de confiance ou un membre de votre famille ou de la collectivité.

Pour en savoir plus, visitez le [www.gov.nt.ca/fr/mieux-etre](http://www.gov.nt.ca/fr/mieux-etre). Vous y trouverez également les numéros pour téléphoner à votre conseiller communautaire.



Pour en savoir plus!