Indian and Northern Affairs Canada
Affaires indiennes et du Nord Canada

ᒥᒋᐠ ᐁᑲ ᓱᑭ

ᐁ ᐊᓂᒪᑭᐅᑭ ᐅᐡᑭ ᒥᓂᓴ, ᓂᑕᐧᐃᑭᑕᑲᓇ, ᒍᒍᔑᓇᐳᐃ ᓀᐢᑕ ᑯᑕᑭᔭ ᒥᒋᒪ ᑲ ᒥᓄᐡᑲᑫᒪᑲᑭ᙮

ᓇᑕᐧᐊᐸᑕᐧᒪᐠ ᒥᒋᑦ ᐃᔑᒋᓴᐃᑲᐣ
ᑭᐢᑭᓄᐧᐊᒋᒋᑲᐣ ᑭᒋ ᑭᐢᑫᓂᑕᒣᐠ
ᐊᓂᐃ ᒪᐧᐊᐨ ᑲ ᒥᐧᓇᔑᑭ᙮

Health Canada
Santé Canada

Canada Post
Postes Canada

Canada

ᑫᐧᑲᐣ ᐅᒪ ᒥᒋᑦ ᐃᔑᒋᓴᐃᑲᐣ᙮

ᐁᐧᐊᑯ ᐊᓂᒪ ᑲᓇᑕ ᑭᒋ ᐅᑭᒪᐤ ᐧᐃᒋᐃᐧᐁᐧᐃᐣ, ᐸᐢᑭ ᐁ ᑎᐸᐊᐠ ᐁ ᐱᑦᐱᑌᓂᐠ ᑲ ᒥᓇᒪᑲᓂᐠ ᒥᒋᒥᓂᐤ ᐧᐃᐸᐨ ᑲ ᓂᔑᐧᐊᓇᑕᓂᓂᐠ ᓀᐢᑕ ᑯᑕᑭᔭ ᒥᒋᒪ ᑲ ᑭᐢᑌᓂᑕᐧᑲᑭ ᑲ ᐃᔑᒋᓴᐊᒧᐟ ᑭᐧᐁᑎᓄᐠ ᑲ ᓇᐧᐃᓇᐧᑲᐠ ᐃᑕᐧᐃᓂᐠ ᐁᑲ ᑲ ᐃᔑ ᐱᑦᐸᓂᐠ ᐅᒐᐸᓂᐡ, ᐅᑕᐸᐣ ᓀᐢᑕ ᐱᑯ ᒋᒪᐣ᙮ ᐅᒪ ᐧᐃᒋᐃᐧᐁᐧᐃᐣ, ᐧᐃᒋᐃᑯᐧᐊᐠ ᑲ ᐊᑕᐧᐁᒋᐠ ᐊᐣᑕ ᐃᑕᐧᐃᓂᐠ ᑭᒋ ᐧᐁᑕᑭᑕᑭᐠ ᐊᓂᐃ ᒥᒋᒪ᙮

ᑭᒋ ᔓᓂᔭᓂᑭᒪᐤ ᓇᓇᑲᒋᑕᐤ ᐅᒣᓂᐤ ᐧᐃᒋᐃᐧᐁᐧᐃᓂᓂᐤ ᓀᐢᑕ ᐸᑭᑎᓀᐤ ᔓᓂᔭᓇ ᐳᐢᐟ ᐧᐊᐱᓯᐠ ᑫ ᐊᐸᑎᓯᓂᒋ ᐸᐢᑭ ᐁ ᑎᐸᐊᒧᐟ ᐁ ᐱᑦᐱᑌᓂᐠ ᐃᔑᒋᓴᐃᑲᓂᓂᐤ᙮ ᑭᒋ ᐅᑭᒪᐠ ᒥᓄ ᐱᒪᑎᓯᐧᐃᓂᐠ ᐅᒋᒪᑳᐣ ᑭᐢᑭᓄᐊᒪᑫᐧᐃᐣ ᑫ ᐃᑕᒋᑲᓂᐧᐊᐠ ᒥᓄ ᐱᒪᑎᓯᐧᐃᓂᐠ᙮ ᑲᓇᑕ ᐳᐢᐟ ᐧᐊᐱᐢ ᑭᒋ ᐅᑭᒪᐤ ᒪᑲ ᐸᐸ ᐃᔑᒋᓴᐊᑦ ᒥᒋᒪ ᐁ ᐊᑐᑕᐟ ᑲ ᐱᒥᓇᓂᒋ᙮

ᐅᑌ ᑭᐧᐁᑎᓄᐠ ᐃᑕᐧᐃᓂᐠ, ᐅᐡᑭ ᒥᒋᒪ ᑲ ᐧᐁᑕᑭᑌᑭ ᓴᐧᐊᓄᐠ ᓇᐢᐱᐨ ᑭᐢᑌᓂᑕᐧᑲᐧᓇ ᑭᒋ ᐊᐢᐱᐢᑕᒪᓂᐧᐊᐠ ᐁ ᒥᒋᓇᓂᐧᐊᐠ ᐃᓂᓂᐧᐃ ᐃᓇᑐ ᒥᒋᑦ᙮ ᐁ ᐧᐁᑕᑭᑌᑭ ᒥᒋᒪ ᑲ ᐯᒋ ᐃᔑᒋᓴᐃᑲᑌᑭ, ᐧᐁᑕᐣ ᒥᓄ ᐱᒪᑎᓯᐧᐃᓂᐠ ᑭᒋ ᐃᑕᒋᑲᓂᐧᐊᐠ᙮ ᐁᑯᑕᓂ ᑫ ᐅᒋ ᒥᓄ ᐱᒪᑎᓯᓇᓂᐧᐊᐠ᙮

ᐊᐧᐁᓂᑲᐣ ᑫ ᒥᓄᐸᓂᐃᑯᐟ ᐅᒣᓂᐤ ᒥᒋᑦ ᐃᔑᒋᓴᐃᑫᐧᐃᐣ ᐧᐃᒋᐃᐧᐁᐧᐃᐣ᙮

ᐧᐊᔦᐡ 140 ᐃᑕᑎᐧᓇ ᑭᐧᐁᑎᓄᐠ ᐃᑕᐧᐃᓇ ᑲ ᓇᐧᐃᓇᐧᑲᑭ (90,000 ᐊᐧᐁᓂᑲᓇᐠ) ᓄᓇᐳᐟ, ᐊᐡᑭᒣᐤ ᐊᐢᑭᐠ, ᔦᐦᑲᐣ, ᓚᑊᐯᐦᑐᐦ, ᐧᑫᐯᐠ, ᐅᐣᑌᑎᐅ, ᒪᓂᑐᐸ, ᓴᐢᑲᒍᐧᐊᐣ ᐁᑯ ᒪᑲ ᐊᐪᐳᐦᑕ, ᑫ ᑭ ᐃᔑ ᐃᔑᒋᓴᐃᑲᑌᑭ ᒥᒋᒪ᙮ ᒧᓇ ᐧᐃᓇ ᐃᔑᒋᓴᐃᑲᑌᐤ ᒥᒋᑦ ᓇᑭᐢᑲᐤ ᐁᑲ ᐁ ᐱᑦᐸᓂᐠ ᑲ ᒥᓇᒪᑲᐠ ᒣᐧᑲᐨ ᐁ ᐊᑎ ᐊᐧᑲᑎᐠ ᓀᐢᑕ ᐱᑯ ᐁ ᒪᒋᐢᑕᐠ ᐅᒋ᙮

ᑲᑦᐸᓂᔭᐠ ᓀᐢᑕ ᐱᑯ ᑲ ᐊᑕᐧᐁᐢᑕᒪᓯᒋᐠ ᑲᑕ ᑭ ᐊᐸᒋᑕᐧᐊᐠ ᐅᒣᓂᐤ ᐧᐃᒋᐃᐧᐁᐧᐃᓂᓂᐤ ᑌᐱᓇᐠ ᐊᓂᐃ ᑲ ᐊᑕᒥᑯᒋᐠ ᒥᒋᒪ ᐧᐃᒋ ᐊᑐᐢᑫᐢᑕᒪᐧᐊᓂᑌ ᑲᓇᑕ ᐳᐢᐟ ᐧᐊᐱᓭ᙮ ᒥᓄ ᐸᓂᐃᑯᐧᐊᐠ ᐊᐧᐁᓂᑲᓇᐠ ᐅᒣᓂᐤ ᐊᑐᐢᑫᐧᐃᓂᓂᐤ ᐁ ᐧᓴᐱᑫᒋᐠ ᐊᐣᑕ ᐧᓴᐱᐠ ᐅᑎᑕᐧᐃᓂᐧᐊᐠ ᑲ ᐊᐸᒋᑕᓂᒋ ᐅᒣᓂᐤ ᒥᒋᑦ ᐃᔑᒋᓴᐃᑲᐣ ᐧᐃᒋᐃᐧᐁᐧᐃᓂᓂᐤ᙮

ᑕᐣᑌ ᐧᐁᒋ ᑭᒋᒋᓴᐃᑲᑌᐠ ᐅᒪ ᒥᒋᑦ᙮

ᑲᓇᑕ ᐳᐢᐟ ᐧᐊᐱᐢ ᑭᐢᑫᓂᑕᑦ ᑕᐣᑌ ᑫ ᐅᒋ ᐃᔑᒋᓴᐃᑲᑌᑭ ᒥᒋᒪ ᓀᐢᑕ ᑯᑕᑭᔭ ᑫᐧᑲᓇ ᑲ ᐃᔑᒋᓴᐃᑲᑌᑭ ᓇᓇᑲᐤ ᐃᑕᐧᐃᓂᐠ᙮ ᐊᓂᑭ ᑲ ᐊᑕᐧᐁᒋᐠ ᐧᐃᓇᐧᐊᐤ ᑭᐢᑫᓂᑕᐧᒪᐠ ᑕᐣᑌ ᑫ ᐅᒋ ᐃᔑᒋᓴᐊᒧᐟ᙮

ᐊᓂᑭ ᑲ ᑭ ᐣᑕᓯᓇᐃᑫᒋᐠ ᒥᒋᒥᓂᐤ, ᑕᐣᑌ ᑫ ᐅᒋ ᐊᔭᒋᐠ᙮

ᑌᐅᐧᐃᓂᐠ ᑲᑕ ᐃᔑ ᓇᒋᐸᐧᑕᐧᐊᐠ᙮ ᒧᓇ ᐃᔑᒋᓴᐃᑲᑌᐧᐊ ᐳᐢᐟ ᐧᐊᐱᓯᐠ, ᑕᔑᑫᐧᐃᑲᒥᑯᐠ ᓀᐢᑕ ᐱᑯ ᑲ ᐃᔑ ᐊᐸᑎᓯᐢᑕᒪᓯᓇᓂᐧᐊᐠ᙮

ᑫᐧᑲᐣ ᐊᓂᐧᐊᐠ ᐧᐃ ᑭᐢᑫᓂᑕᒪᓀ ᐁ ᐧᐃ ᐊᔑᒋᔭᐣ ᐅᑕ ᐊᑐᐢᑫᐧᐃᓂᐠ, ᑲᓇᑕ ᐳᐢᐟ ᐧᐊᐱᐢ ᐃᔑ ᐊᔭᒥ 1-888-550-6333 ᓀᐢᑕ ᐱᑯ ᐃᑕᐱ **www.canadapost.ca**᙮

ᑭᓭᐢᐱᐣ ᐊᓂᐧᐊᐠ ᐧᐃ ᑭᐢᑫᓂᑕᒪᓀ ᑫᐧᑲᐣ ᐅᒪ ᐅᒋ ᒥᒋᑦ ᐃᔑᒋᓭᐃᑲᐣ ᐧᐃᒋᐃᐧᐁᐧᐃᐣ, ᐃᑕᐱ **INAC www.ainc-inac.gc.ca** ᓀᐢᑕ ᐱᑯ ᐃᔑ ᐊᔭᒥ ᑊᐳᐟ ᒣᐃᐪ (819) 994-4810, ᑲ ᑭᔑᐸᓂᐠ ᒪᓯᓇᐊᒪᒍᐧᐃᐣ (819) 994-6769 ᓀᐢᑕ ᐱᑯ ᑲᑦᐱᐦᑐᐦ ᒪᓯᓇᐊᒪᒍᐧᐃᐣ **foodmail@inac.gc.ca**᙮

ᑫᐧᑲᓇ ᐊᓂᐃ ᐅᑕ ᑲ ᐊᔑᑕᑭᑌᑭ᙮

ᐁᐧᐊᑯ ᐅᐅ ᐅᑕ ᑲ ᐊᔑᑕᑭᑌᑭ:

- ᑲ ᒥᒋᒥᔥᑲᑫᒪᑲᑭ ᐧᐃᐸᐨ ᑲ ᓂᔑᐧᐊᓇᑕᑭ ᒥᒋᒪ ᑕᐱᔥᑯᐨ ᐅᔥᑭ ᒥᓂᓭ, ᓂᑕᐧᐃᑭᑕᑲᓇ, ᓀᐢᑕ ᐱᑯ ᐁ ᐊᐧᑲᑎᑭ, ᒍᒍᔑᓇᐳᐃ, ᒋᓴᐠ, ᐧᐊᐧᐊ, ᐊᓇᑯᓇᐤ ᓀᐢᑕ ᒪᑲ ᐧᐃᔭᐢ᙮
- ᐁᑲ ᐧᐃᐸᐨ ᑲ ᓂᔑᐧᐊᓇᑕᑭ ᒥᒋᒪ ᑕᐱᔥᑯᐨ ᑎᓂᐠ ᑲ ᐱᒋᑎᑭ, ᑲ ᑲᐢᐸᑭ, ᒪᑲᒧᓂ, ᐃᐢᐸᑫᑎ, ᓀᐢᑕ ᒪᑲ ᐊᓇᑯᓇᑫᐧᐃ ᐊᐸᒋᑕᐧᐃᓇ᙮
- ᑯᑕᑭᔭ ᑫᐧᑲᓇ ᑲ ᓇᑕᐧᐁᓂᑕᐧᑲᑭ ᑕᐱᔥᑯᐨ ᐧᐃᓇᒋᑲᓇ, ᐧᐊᐢᑲᐃᑲᐣ ᐊᐸᒋᑕᐧᐃᓇ, ᓀᐢᑕ ᐸᔦᑭᐃᑎᓱᐧᐃ ᐊᐸᒋᑕᐧᐃᓇ᙮

ᐁᐧᐊᑯ ᐅᐅ ᐁᑲ ᐅᑕ ᑲ ᐊᔑᑕᑭᑌᑭ:

- ᐁᑲ ᑲ ᒥᒋᒥᔥᑲᑫᒪᑲᑭ ᑕᐱᔥᑯᐨ ᑭᓭᐢᑌᐧᐊᐳᐃ, ᐸᑌᑐᔑᓭ ᐁᑯ ᒪᑲ ᓯᐧᐃᑎᓴ᙮
- ᐊᑎᐟ ᒥᒋᒪ ᐧᐃᐸᐨ ᑲ ᓂᓭᐧᐊᓇᑕᑭ ᐁᑲ ᑕᐧᐯ ᑲ ᑭᐢᑌᓂᑕᐧᑲᑭ ᑕᐱᔥᑯᐨ ᓴᐣᐧᐃᒐᐠ, ᐁᑯ ᒪᑲ ᐸᑲᐧᑲᐣ ᑲ ᓴᓴᐱᐢᑭᓱᐟ᙮
- ᒋᐢᑌᒪᐤ ᓀᐢᑕ ᑲ ᒪᔥᑲᐧᐊᑲᒥᐠ᙮

ᑕᓀᓂᑭᑌᑭ ᐁ ᐱᑦᐱᑌᑭ᙮

ᐅᒪ ᐃᑕᑭᑌᐧᐊ:

ᑫ ᐃᔑ ᑕᑯᐸᓂᑭ	ᐧᐃᐸᐨ ᑲ ᓂᔑᐧᐊᓇᑕᐠ ᒥᒋᑦ	ᐁᑲ ᐧᐃᐸᐨ ᑲ ᓂᔑᐧᐊᓇᑲᐠ ᒥᒋᑦ ᓀᐢᑕ ᑯᑕᑭᔭ
ᑲᓇᑕ ᐱᐢᑭᑕᐢᑭᐠ	$0.80 ᐯᔭᐠ ᐊᓄᐨ ᑎᐸᐯᔥᑫᓂᑲᐣ	$1.00 ᐯᔭᐠ ᐊᓄᐨ ᑎᐸᐯᔥᑫᓂᑲᐣ
ᐊᔥᑭᒣᐧᐊᐢᑭᐠ	$0.80 ᐯᔭᐠ ᐊᓄᐨ ᑎᐸᐯᔥᑫᓂᑲᐣ	$2.15 ᐯᔭᐠ ᐊᓄᐨ ᑎᐸᐯᔥᑫᓂᑲᐣ
ᐊᐠᓚᑊᐯᐠ, ᑕᐠᑐᔭᐠᑐ, ᓴᐠᐢ ᐊᐦᐳᐦ, ᐳᓚᑐᐠ (ᐃᐣᓄᐱᐠ ᐅᒋ)	$0.30 ᐯᔭᐠ ᐊᓄᐨ ᑎᐸᐯᔥᑫᓂᑲᐣ	$2.15 ᐯᔭᐠ ᐊᓄᐨ ᑎᐸᐯᔥᑫᓂᑲᐣ

ᐧᐊᑭᐨ ᒥᓇ $0.75 ᐃᑕᑭᑌᐤ ᐯᔭᐠ ᐃᔑᒋᓭᐃᑲᐣ ᒧᓇ ᐧᐊᔦᔥ ᐁᑭᐣ ᐁ ᐃᐢᐱᒐᐠ, ᑫᐧᑲᓂᐧᐊᐠ ᓀᐢᑕ ᐱᑯ ᑫ ᐃᔑ ᑕᑯᐸᓂᐠ᙮

ᑲᑕ ᑭ ᐃᑭᐣ ᑭᒋ ᓇᑭᐸᓂᐠ ᑲ ᐃᑕᑭᑌᐠ

Published under the authority of the
Minister of Indian Affairs and Northern Development
Ottawa, 2002
www.ainc-inac.gc.ca

QS-8518-010-LL-A1
Catalogue No. R2-221/2002Rc
ISBN 0-662-02572-5
© Minister of Public Works and Government Services Canada

This publication is also available in English under the title: Food Mail Program
La présente publication peut aussi être obtenue
en français sous le titre : Programme Aliments-Poste