

Nánis Kón Dék'ën Ts'ı Łër T'á T'at'ú Dëneba Nezúle Sí

Łër t'á dëne nágh hełts'ı-u, ts'elkoth-u tth'ı dënetsı háılı ɾat'ı. Tháá xa łër dé tó łër nátsër tó dé, bet'á dënedzıdh nezúle ɾane tó tháá dekoth dënek'e huréłɾa xa.

Łër nıs ts'ér lát'ı dólı sí, dëneba nezı ɾat'éle. ɾedëri háıt'ı sí, dënedzıdıdh yé ɾat'ı. ɾedëri bet'á ts'elkoth-u, bet'á nezı ts'ejı xaɾıle. Łër t'á dënedzı tó dënedzıdıdh to nezúle dé, bet'á deɾıáz nezúle ɾane-u xa dúwıle. ɾałneth chu tałtsıaze chu ɾeyı beheba nezúle ɾat'e.

T'a háyɾıla nánedhër sí łër nátsër dé, janene xadúwıle:

1. Yıs ɾıłı ɾunga nánedhër-u, tedá chu jak'é chu dárúłlá
2. Dzenelt'úle. T'ı dzéráıt'ú sí, benár ɾɾt'ı sáná.
3. Satsán t'á nełtsı serełthën nets'ı dé, bet'ánet'ı.
4. Kón dułk'ı sáná tth'ı gëslın tth'ı dułkën sáná, k'ok'ën tth'ı. Háıt'ı dıłk'ën dé, yıs bet'á nıłts'ı nezúle ɾane xa.
5. Nebehchën yé net'ı dé, jak'é dárúłlá-u, behchën yé nełtsı hełtsı sí, behchën yé ts'ı ɾıłı nets'ı súrétth'ı xa ɾanele.
6. Súghá nıłtháá bet'ánet'ı xa begıa shéç'elyı het'éthle-u, shéç'eyı háıt'ı t'ánet'ı, bër het'áth dé bet'á yıs dórétth'e t'á.
7. Tu łı nedıgh, bet'á netsı-u, nedhá-u nalghën xaıle xa , hánet'ı dé nezı nejı xa.
8. T'ası ghı dëne xél hadı lí xa hołnı la.
9. Łër deɾıáz nátsër ɾajá dé, bıł'ás dzole to háıt'ı sı sats'edé sí, begıa daıle to hası
10. Nezı ɾeya húrıdı tó denıt'ı lát'e dé to, neyı dúwé to netth'ı nénıtsı to dé, háyɾıla ts'ı nurse to nádórelyı tó hálını. ɾahtthe nedzı chu nedzıdıdh chu t'ását'ele dé hılı, begıa háını dé, nezı xa.

11. Bít'as zeghálaina to sanedhër to t'á nénítsı dé, begháinaile. Neskén tth'ı hıt'áth tháá bıt'as sodé sáná.
12. Nets'éni kui-u, nélat'in-u, t'á negá náráde sí, thèn nádé dé, t'asárát'ele xa nułı́ zanat'ı́. ʔałneth-u t'á bedzídıdh dánezıle sí lër t'á búréde xadúwıle. Lër ch'ası́ tedá chu, jak'é chu dárélya dé, yıs zedu dúwé zane xadúwıle. ʔedëri hadhél t'á dëne búredhır xadúwıle. Satsán nıłts'ı hełtsı kını, hát'ı yıs bet'ánet'ı nıłts'ı dzéreltth'ı xa.
13. Dënedhá k'e hełchúth sí zedëri xa bet'óréza chogh zat'ele. Tsér dzérétth'ay bet'á dëne húrétthır xadúwıle sí, dënedhá k'e hełchúth t'at'ırı́ zat'e. Jak'é dárelya yıs ts'eda-u, zeyı hát'u t'á deʔááqz nezı́ zat'e.

T'á bedzı to bedzídıdh k'e réłzı́ lásı́ jane tth'ı xadúwıle:

1. Neyı́ dúwénat'ı́ dé tó, nedzı́ tó nedzídıth nezı́le dé, zaté zedolnı́ la. T'a náıdı neldel xaʔá sí nedél-u, nurse tó nádórelyı́ tó t'a nélnı́ lásı́ bek'ót'é. T'a náıdı neldél xaʔá sí ʔłágh dzeretagh neldél xa hánıłt'e holyá.
2. Yıs satsán t'á nıłtsı́ nıs ts'éř dzérétthı́ náłtsı́ hát'ı t'ánet'ı́ xa dé, t'a kęe yıs bet'ánet'ı́ xa sí zeyër xa satsán sıghalıya nólnı́ la, lër dú záne tthe.
3. Nurse tó nádórelyı́ tó bexél yanektı́, ʔałı́ zedëri beghı́ nánıdhër dé.

ʔałı́ beghı́ k'úrılyı́ rıłı́ dé:

Chief Public Health Officer bets'ı́ office ts'éń yanektı́ ı́ ts'éń (867) 920 – 8877

Computer yé ı́ nıłı́:

www.hlthss.gov.nt.ca (NWT Department of Health and Social Services)

www.air.enr.gov.nt.ca/NWTAQ/currentairquality.aspx?serialcode=12 (NWT Department of Environment and Natural Resources)

www.enr.gov.nt.ca (NWT Department of Environment and Natural Resources)