ᐅᖃᐅᓯᕐᐱᐊᕈᑎᒃᓴᑦ ᐊᖓᔪᖅᑳᖑᔪᖅᑐᓄᑦ

ᐃᓕᖅᑯᓯᖓᓂᒃ ᐱᕈᖅᐸᓪᓕᐊᑎᑦᑎᓂᖅ

- ᐃᓅᓪᓗᖓ ᐃᓕᖅᑯᓯᕋ ᐅᔾᔨᕐᓇᖅᓯᓕᖅᑐᖅ. ᐅᕙᓐᓂᒃ ᖃᐅᔨᓴᖃᑦᑕᐊᖃᖅᑐᑎᑦ ᐊᒻᒪᓗ ᐃᒃᐱᒋᑦᑎᐊᕐᓗᒋᑦ ᐊᔾᔨᐅᖏᑦᑐᒃᑯᑦ ᐱᔫᒥᒋᔭᒃᑲ ᐊᔪᖏᓐᓂᑦᓴᒃᑲ.
- ᑭᓇᐅᓂᕋᓂᒃ ᓇᓗᓇᐃᖅᓯᕙᓪᓚᐊᓕᖅᑐᖓ ᐋᒃᑳᒥᐊᖃᑦᑕᖅᑲᓐᖓ ᖃᓄᐃᓕᐅᕐᑯᔭᐅᓚᐅᑲᕚᖓᒪ. ᐃᓕᑎᕙᓪᓚᐊᔪᖓᑦᑕᐅᖅ ᐃᓯᒪᑕᐅᙱᓐᓇᒪ! ᐊᐅᓚᑦᑎᔾᓂᒃ ᐃᓕᑎᕙᓪᓚᐊᔪᖓ ᐃᓯᒪᖃᑦᑕᐊᖃᕐᓂᕋᓂᓪᓗ ᐊᓯᒪᓂᒃ.
- ᐃᓕᑎᕙᓪᓚᐊᔪᖓ ᐊᒥᓱᓂᒃ ᒪᓕᒐᓂᒃ ᐊᑐᐊᒐᓂᓪᓗ ᐃᓅᓯᕐᒥ, ᑐᙵᕕᒋᓕᕐᓂᐊᖅᑕᕋ. ᐃᓕᑎᕙᓪᓚᐊᔪᖓ ᓱᓇᑦ ᐅᓗᕆᐊᓇᕐᒪᖕᒫᑕ ᐊᒻᒪᓗ ᖃᓄᖅ ᓂᕆᐅᒋᔭᐅᖕᒫᖕᒪ.
- ᓄᑖᓂᒃ ᑲᒪᔪᓐᓇᖅᓯᕙᓪᓕᐊᖕᒋᓐᓇᖅᑐᖓ, ᓱᕐᓗ ᐱᙳᐊᓂᒃ ᑐᖅᑯᖅᑐᐃᓂᕐᒥᒃ. ᑕᒪᒃᑯᓂᙵ ᑲᒪᕐᑯᓗᖓ ᐅᖃᐅᑎᖃᑦᑕᙵ ᐱᔪᓇᖅᑕᒃᑲ ᖃᐅᔨᒪᓕᑐᐊᕈᒃᑎᒃ. ᕿᕕᐊᒥᓂᕋᖃᑦᑕᕐᓗᖓ ᐃᑲᔪᕖᖓᓚ ᐊᐱᕆᔭᐅᓇᖓ.
- ᐃᓕᑎᕙᓪᓚᐊᔪᖓ ᐊᒥᖅᑳᖃᑎᖃᕆᐊᖃᖃᑦᑕᕐᓂᓐᓂᒃ. ᑎᒍᓯᔭᕌᖓᓚ ᓄᑕᕋᐅᖃᑎᒪ ᐱᒋᔭᖓᓂᒃ, ᐅᑎᖅᑎᑦᑎᑐᐃᓐᓇᖅᑎᐸᙵᑦᓗᖓ. ᑭᓯᐊᓂᓕ, ᐅᖃᖃᑎᒋᓗᖓ ᐊᒥᖅᑳᖃᑎᖃᕆᐊᖃᕐᓂᓐᓂᒃ ᐊᒻᒪᓗ ᐃᖅᑲᐃᑎᐸᒃᓗᖓ ᐱᒪᓐᓇᐅᖓᓪ ᐱᔪᒪᔭᒃ ᓴᓂᕐᕙᖅᓯᒪᓚᐅᐱᓪᓚᕆᐊᖃᖃᑦᑕᕐᓂᐊᕋᑉᑭᑦ ᐊᓯᒪᓂᒃ ᐃᓱᒪᓂᖅᓴᐅᓗᖓ. ᐊᒥᖅᑳᖃᑎᖃᖅᑎᓪᓗᖓ, ᖁᕕᐊᒥᓂᕋᖃᑦᑕᕐᓗᖓ ᐱᔪᒪᖅᑲᐅᔭᕋ ᑐᓂᕐᕈᑎᒋᐅᑉᑯ ᐱᙳᐊᖃᑎᒋᔭᕋᓄᑦ.

ᑐᓴᐅᒪᖃᑦᑕᐅᑎᓂᖅ ᐅᖃᖃᑎᒌᖃᑦᑕᕐᓂᖅ

- ᐅᖃᐅᓯᕐᓂᒃ ᐅᖃᖅᐸᓪᓕᐊᓕᖃᑦᑕᖅᑐᖓ. ᐅᖃᖅᑕᑎᑦ
- ᐅᖃᓪᓚᒍᓐᓇᕐᓂᖅᓴᐅᓕᖅᑐᖓ. ᐊᐱᖅᓱᖅᐸᒃᑲᓗᖓ. ᐅᓂᒃᑳᖅᑐᐊᖅᐸᒃᑲᓗᖓ.
- ᐃᓛᓐᓂᒃᑯᑦ ᑐᑭᖃᒻᒥᑦᑐᓂᒃ ᐅᖃᓪᓚᒃᐸᒃᑐᖓ, ᐃᓚᕗᒃᑲᕆᑦ ᐅᖃᐅᓯᓪᓚᑦᑖᕐᓄᑦ. ᐅᖃᐅᓯᕋ ᐱᕙᓪᓕᐊᖕᒪᑦ.
- ᐊᓄᕌᖓ ᑕᐃᒎᓯᖕᒋᑦ ᐃᓕᐸᓪᓕᐊᔭᒃᑲ. ᐃᓕᑎᕙᓪᓕᐊᔪᖓ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂᒃ ᐱᓕᕆᐊᕆᔪᒪᖃᑦᑕᖅᑕᓐᓂᒃ.
- ᐅᖄᓂᑦᑎᐊᕈᓐᓇᕐᒥᑦᑐᖓ ᐅᕙᓘᓐᓃᑦ ᐅᖃᑎᐊᕈᓐᓇᕐᒥᑦᑐᖓ. ᑭᓯᐊᓂ, ᐋᖅᑭᒋᐊᖃᑦᑕᖅᑕᐃᓕᒃᑭᑦ ᐅᖃᖅᑕᒃ ᑕᐃᒪᓐᓇ ᑕᖅᑭᖃᖅᑎᓪᓗᖓ. ᐅᖃᓪᓚᕐᑯᖃᑦᑕᕐᓗᖓ.

ᐊᔪᙱᑕᒃᑲᓂᒃ ᐱᕙᓪᓕᐊᑎᑦᑎᓂᖅ

- ᐃᖕᒥᓂᒃ ᐊᓄᕌᖅᑐᖃᑦᑕᖅᑐᖓ. ᓯᓚᒥ ᐊᑐᖅᐸᒃᑕᒃᑲ ᐊᓄᕌᑦ ᐊᑎᓇᓱᓕᖅᐸᒃᑕᒃᑲ ᐊᓃᕈᒪᓕᕌᖓᒪ.
- ᐊᒃᓯᕈᕐᓇᖅᑐᒃᑯᓕᕌᖓᒪ ᓇᖕᒥᓂᖅ ᐋᖅᑭᒐᓯᖃᑦᑕᖅᑕᒃᑲ ᐃᑲᔪᖅᑕᐅᔪᒪᓗᖓ ᐅᖃᕐᓇᖓ, ᓲᖃᐅ ᓇᒧᙵᐅᓇᓯᒃᑲᖓ ᐅᐸᒍᒪᔭᕋᓄᑦ.
- ᐊᕐᓇᑯᓗᐃᑦ ᓱᓇᓗᒃᑖᑦ ᐃᓗᖕᒋᓐᓄᑦ ᑕᑯᒋᐊᕈᒪᒪᔪᖕᒪᑕ, ᓲᖃᐅ ᒪᑐᓕᖕᓂᒃ. ᐊᖑᑎᑯᓗᐃᑦ ᐱᓕᕆᐅᖅᓴᓕᓲᑦ, ᓲᖃᐅ Hᐊᑭᕐᓂᕐᒥᒃ, ᓴᓇᕿᑎᓕᕆᔪᒪᕙᒃᑐᑦ ᐊᖏᔪᓂᒃ, ᐅᕙᓘᓐᓃᑦ ᐱᕐᑯᑎᓕᕆᔪᒪᕙᒃᑐᑦ, ᓲᖃᐅ ᖃᒧᑎᓂᒃ.

ᐊᑐᓕᖅᑎᕆᓂᖅ ᐃᓄᐃᑦ ᐱᒪᒪᕆᐅᑎᑕᖕᒋᓐᓂᒃ

ᐱᓕᒻᒪᒃᓴᕐᓂᖅ (Becoming Skilled)

ᖃᓄᐃᓪᔫᓂᖓ

ᐱᓕᒻᒪᒃᓴᕐᓂᖅ ᑐᑭᓕᒃ ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᐸᓪᓕᐊᓂᕐᒧᑦ. ᐊᔪᙱᓐᓂᕆᔭᖅᐳᑦ ᐊᑐᖅᑕᑦᑎᐊᖃᖅᑕᖅᐳᑦ ᐱᐅᔫᒃᑯᑦ. ᐊᔪᙱᓐᓂᕆᔭᑎᑦ ᐊᑐᑐᐃᓐᓇᕐᓂᐊᕈᒃᑎᒃ ᐃᖕᒥᓂᒃ ᐱᔾᑦᓯᕋᕐᓂᐊᕐᓂᕐᒧᑦ, ᖁᕕᐊᓱᒃᓵᙳᕆᑦᑐᑎᑦ ᐅᕙᑦᑑᓐᓃᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔮᙳᕆᑦᑐᑎᑦ ᐃᓅᓯᕐᒥ. ᐱᓕᒻᒪᒃᓴᕐᓂᖅ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦᑎᕙᒃᑐᖅ ᐅᕙᑎᓐᓂᒃ ᐊᔪᙱᓐᓂᕆᔭᖅᐳᑦ ᓱᕙᓕᑭᐊᖑᒪᑕ ᑲᒪᑦᑎᐊᔮᙳᕆᒃᑯᑕ ᐱᔾᑦᓯᕋᐅᑎᒋᔮᙳᕆᒃᑯᑎᒍᑦ ᐊᓯᑎᓐᓄᑦ.

ᐱᓕᕆᐊᖑᕙᖕᓂᖓ

ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᐸᓪᓕᐊᓂᖅ ᒫᓇᑲᐅᑎᒋ ᓴᖅᑭᑦᑐᓇᙱᓚᑦ ᐱᓇᓱᖃᑦᑕᖅᑐᓂ ᑭᓯᐊᓂ ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᓴᖃᑦᑕᖅᑐᓂ. ᓄᑕᕋᕆᔭᐃᑦ ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᓴᖃᑦᑕᕐᑯᓗᒍ ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᐸᓪᓕᐊᓂᐊᕐᒪᑦ. ᐊᔭᐅᖅᑐᖅᐸᒡᓗᒍ ᓄᑕᕋᐃᑦ ᐆᑐᒃᑲᓐᓂᖅᑲᖅᑕᕐᑯᓗᒍ ᓴᐱᓕᑐᐃᓐᓇᙱᓐᓂᒃ. ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᐹᓪᓕᕚᖓᑦ ᖁᕕᐊᒥᓂᕋᖃᑦᑕᕐᓗᒍ, ᒥᑭᔫᒃᑯᓪᓘᓐᓃᑦ. ᑕᒪᓐᓇ ᐱᔦᒥᒍᓯᓕᕈᑎᒥᓂᐊᖅᑕᖓ. ᐃᑲᔪᖅᑐᖅᑲᑦᑕᕐᓗᒍ, ᐱᔦᒥᒍᓱᖕᓂᖅ ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᓴᖃᑦᑕᕐᓂᕐᓗ ᐱᒻᒪᕆᐊᓗᐃᑦ ᐱᓕᒻᒪᒃᓴᕐᓂᒃᑯᑦ

ᐃᖕᑲᐅᒪᔾᔪᑏᑦ ᐊᖓᔪᖅᑳᓄᑦ

✓ ᓄᖅᑲᖓᔪᒪᔪᓐᓇᙱᑦᑐᑦ ᑕᐃᒪᓐᓇ ᑕᖅᑭᖃᓕᕚᖓᒥᒃ. ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓯᒪᓗᒋᑦ ᐊᒡᒐᖕᒥᓂᒃ ᐃᕐᒥᖃᑦᑕᕐᑯᓗᒋᑦ ᓂᕆᖅᑳᕐᓇᑎᒃ ᐊᒻᒪᓗ ᕿᑎᐊᓂᒃᑳᖓᒥᒃ, ᐅᓪᓚᖅᓯᒫᓂᒃᑳᖓᒥᒃ, ᐊᒻᒪᓗ ᐊᓇᕐᕕᓕᐊᖅᓯᒫᓂᒃᑳᖓᒥᒃ.

✓ ᒥᐊᓂᕆᑦᑎᐊᕐᑲᑦᑕᕐᓗᒋᑦ ᓄᑕᕋᑯᓗᐃᑦ ᑭᒍᑎᖏᑦ. ᑭᒍᑎᖏᑦ ᑭᒍᑎᓯᐅᖅᐸᒡᓗᒋᑦ ᒪᕈᐃᕐᓗᑎᒡᓘᓐᓃᑦ ᐅᕝᓘᕝ ᐃᓗᐊᓂ, ᓯᑎᔪᐊᓘᙱᑦᑐᓄᑦ ᑭᒍᑎᓯᐅᑎᓄᑦ. ᐃᒥᒐᒃᓴᖅᑐᕋᖓᑕ ᐃᒪᕐᒥᒃ ᐃᓚᕙᒡᓗᒍ. ᐃᒪᓕᖅᓯᒪᔪᑦ ᐃᒥᒐᒃᓴᑦ ᐃᕐᔫᓯᕐᔫᑦ ᐃᓕᕙᒡᓗᒋᑦ ᐊᓖᒪᐅᑎᓅᙱᑦᑐᖅ.

ᐃᓄᙳᐃᓂᖅ

ᓄᑕᖅᑲᓂᒃ ᐱᕈᖅᓴᐃᓪᓗᓂ ᐃᓇᕐᓄᑦ ᐅᖃᐅᔾᔨᕐᐊᕈᑕᐅᔪᑦ

12-ᓂᒃ 18-ᓄᑦ ᑕᖅᑭᓖᑦ

ᖃᐅᔨᒋᐊᕐᑏᑦ QAUJIGIARTIIT © 2014

CENTRES OF EXCELLENCE FOR CHILDREN'S WELL-BEING
Children and Adolescents with Special Needs

ᑕᐃᒪᓐᓇ ᑕᖅᑭᓖᑦ

ᑕᐃᒪᓐᓇ ᓄᑕᖅᑲᑦ ᑕᖅᑭᓖᑦ ᓴᙳᓐᓂᐊᒃᑲᐅᕙᒃᑐᑦ. ᓱᓇᓕᕆᔪᒪᓪᓗᑎᒃ, ᑭᓯᐊᓂ ᐃᖏᓐᓂᒃ ᐱᓕᕆᔪᓐᓇᖅᑎᒃ ᓱᓕ. ᓄᖅᑲᖓᔪᓐᓇᙱᑦᑐᑦ. ᐃᖏᓐᓂᒃ ᐱᓕᕆᔪᒪᕙᒃᑐᑦ, ᐱᑐᐊᖅᑐᒥ ᐊᖏᕐᕋᓇᔭᐅᑉ ᓯᓚᑖᓂ. ᖁᕙᐊᓯᒍᓐᓃᖅᓴᖅᐃᑦᑐᑦ ᐆᒥᓖᖅᓴᔪᒃᑯᑎᒡᓗ. ᓴᙳᓐᓂᐊᕈᓐᓇᑦᓚᕆᒃᑐᑦ ᓱᓇᒥᒃ ᐱᔪᒪᑉᐳᑎᒃ.

ᑕᐃᒪᓐᓇ ᑕᖅᑭᓖᑦ, ᐃᓚᖏᑦ ᓄᑕᖅᑲᑦ ᐱᖁᑎᒥᓂᒃ ᐊᓐᓂᕈᑦᑕᐅᕙᒃᑐᑦ. ᐃᒪᓐᓇ ᐅᖃᕈᒪᓚᐅᕝᕗᑦ "ᐅᓇ ᐱᓚ!" ᓂᙵᒃᑲᑦᑕᖅᑐᑦ ᐱᕆᔾᔨᑦ ᑎᒍᔪᐅᔪᖕᒐᑕ. ᓄᑕᖅ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑉᐸᒡᓗᒍ ᐊᒥᖅᑰᕈᓐᓇᖅᓂᖅᒥᒃ.

ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑉᐸᒡᓗᒋᑦ ᑕᐃᒪᓐᓇ ᑕᖅᑭᓖᑦ ᐃᑲᔪᕈᓐᓇᕐᓂᕐᒥᒃ ᒥᑭᔪᓂᒃ ᐱᓕᕆᐊᓂᒃ, ᓲᕐᓗ ᓂᕿᓕᐅᕐᓂᕐᒥᒃ ᐊᒻᒪᓗ ᐃᓅᖅᑎᒥᓂᒃ ᐱᔾᔪᑎᖃᕈᓐᓇᕐᓂᕐᒧᑦ. ᑕᒪᓐᓇ ᐃᓕᑦᑎᔾᔭᑕᐅᔪᓐᓇᖅᑐᖅ ᓄᑕᕐᒧᑦ ᖃᓄᖅ ᓂᕆᐅᔭᐅᖅᑲᑦᑕᕐᓂᐊᕐᒪᖔᕐᒥ. ᓄᑕᖅ ᐱᕙᒃᓴᖅᑎᑉᐸᒡᓗᒍ ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᓴᕈᓐᓇᕐᓂᕐᒧᑦ ᒥᑭᔪᓂᒃ ᐱᓕᕆᐊᖅᑲᐅᖅᓴᓂᕐᒧᑦ. ᐃᑲᔪᖅᑐᖅᐸᒡᓗᒍ ᓄᑕᖅ ᐱᓇᓱᒃᑎᓪᓗᒍ ᐅᐱᒋᓂᖅᑲᑦᑕᕐᓗᒍ ᐊᒻᒪᓗ ᖁᔭᓈᕐᒦᖅᐸᒡᓗᒍ. ᐃᒪᓐᓇᖅᑐᐃᓂᖅ ᐱᓪᒪᓇᐅᔪᖅ ᑕᐃᒪᓐᓇ ᐅᑭᐅᖅᑕᖅᑎᓪᓗᒋᑦ. ᑕᐃᒪᓐᓇ ᒥᒃᓯᕐᓂᖅ ᓴᖅᑭᔪᖅ.

ᓄᑕᖅᑲᑦ ᑕᐃᒪᓐᓇ ᑕᖅᑭᓖᑦ ᐃᓕᑦᑎᔪᓐᓇᖅᓯᖃᑦᑕᖅᑐᑦ ᑐᖅᓱᕐᓂᕐᒥᒃ, ᐱᑐᐊᖅᑐᒥ ᐃᓄᖅᑎᒋᕙᒃᑕᖏᑦ. ᐃᓕᑦᑎᔪᓐᓇᖅᓯᖃᑦᑕᕐᒥᔪᑦ ᐊᔾᔨᐅᙱᑦᑐᓂᒃ ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᓂᒃ ᐃᓅᖅᑎᖅᑲᖅᑲᑦᑕᕐᓂᒃᑯᑦ. ᐆᒃᑐᕐᓗᒍ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑉᐸᒡᓗᒋᑦ ᐊᓐᓇᑦᑎᐊᖕᒐᑕ ᑲᒥᑦᓖᖅᓯᐅᑎᖏᓐᓂᒃ ᐊᐃᒃᓴᕐᑯᓗᒋᑦ ᐅᕙᓗᐋᓐᓂᑦ ᐊᑖᑕᖕᒐᑕ ᐃᒡᓛᖏᓐᓂᒃ ᑐᓂᓯᖅᑯᓗᒋᑦ.

ᑕᐃᒪᓐᓇ ᑕᖅᑭᓖᑦ, ᓄᑕᖅᑲᑦ ᑳᒃᑲᐅᔪᑦ, ᐱᑐᐊᖅᑐᒥ ᐊᖑᑎᑯᓗᐃᑦ ᓄᖅᑲᖓᔪᓐᓇᙱᑦᑐᑦ. ᐃᓚᖏᑦ ᓄᑕᖅᑲᑦ ᒪᒃᑖᖅᑐᕈᒪᓪᓗᒍᔪᑦ, ᐃᒡᒎᔭᖅᑐᖅᑐᕈᒪᓪᓗᒍᔪᑦ, ᐊᒻᒪᓗ ᐅᖅᓱᕐᓂᒃ. ᐅᔾᔨᖅᑐᖅᐸᒡᓗᒋᑦ ᑐᓂᓗᐊᖅᑕᐃᓕᒪᓗᒋᑦ ᑕᐃᒪᐃᑦᑐᓂᒃ ᓂᕆᓗᐊᕈᑎᒃ ᐋᓐᓂᐊᓕᑐᐃᓐᓇᕆᐊᖃᕐᒪᑕ.

ᐊᖓᔪᖅᑳᖑᔪᑦ ᖃᓄᐃᓕᐅᕈᓐᓇᖅᓯᒪᖔᑕ

- **ᐋᖅᑭᒃᓱᐃᖃᑦᑕᕐᓗᓯ ᒪᓕᒐᒃᓴᓂᒃ ᐊᒻᒪᓗ ᒪᓕᒃᑕᐅᑦᑎᐊᖅᑎᑉᐸᒡᓗᒋᑦ.**
- **ᑕᓚᕖᓴᖅᑎᓚᐅᐱᓪᓚᖅᑲᑦᑕᕐᓗᒍ.** ᑕᓚᕖᓴᐃᑦ ᓄᑕᕋᕐᓄᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦᑎᔾᔨᔭᐅᓕᖅᑕᐃᓕᓕᑦ.
- **ᐊᔭᐅᖅᑐᖅᐸᒡᓗᒍ ᐱᓯᒃᑕᖅᑲᑦᑕᓇᐊᖅᑲᕐᓂᕐᒥᒃ.** ᑎᒍᐃᓐᓇᖅᑲᑦᑕᙱᓪᓗᒍ ᓄᑕᕋᐃᑦ. ᐱᓯᒃᑎᑉᐸᒡᓗᒍ ᐊᒻᒪᓗ ᓯᑲᐃᔾᔫᒥᓗᑎᑦ ᐱᓯᖅᑲᑦᑕᕐᓗᑎᑦ.
- **ᓄᑕᕋᐃᑦ ᓵᓚᖅᑲᖅᑎᓗᐊᖅᑲᑦᑕᙱᓪᓗᒍ.**
- **ᐊᔭᐅᖅᑐᖅᑲᑦᑕᕐᓗᒍ ᓄᑕᕋᐃᑦ ᓂᕈᐊᖅᑲᑦᑕᓇᐊᖅᑲᖅᓂᕐᒧᑦ ᓂᕿᑦᑎᐊᕙᖕᓂᒃ.** ᐆᒃᑐᑎᑦᑎᐊᕙᕙᒡᓗᑎᑦ ᓂᕆᑦᑎᐊᖅᑲᑦᑕᕐᓂᒃᑯᑦ ᓄᑕᕋᓇᔭᐃᓪᓗ ᐊᔭᐅᖅᑐᖅᑲᑦᑕᕐᓗᒍ ᓂᕆᔭᕐᓂᒃ ᓂᕆᖅᑲᑦᑕᕈᓗᒍ. ᐃᓄᒃᓯᐅᑎᓂᒃ ᓂᕆᕙᔪᓪᓗᓯ. ᓂᐅᕖᕝᕕᒥᐅᑕᓂᒃ ᓂᕆᕙᔾᔮᙱᓐᓂᖅᓴᐅᓗᓯ.
- **ᖃᐅᔨᓴᖅᑲᑦᑕᕐᓗᑎᑦ ᐊᓐᓂᕈᑦᑕᐅᒪᖔᑦ,** ᐱᑐᐊᖅᑐᒥ ᓄᑕᖅᑐᐊᖑᑎᓪᓗᒍ. ᐊᒥᖅᑳᓇᐊᖅᑲᖅᑲᑦᑕᓂᒥᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑉᐸᒡᓗᒍ.
- **ᐊᔭᐅᖅᑐᖅᐸᒡᓗᒍ ᓄᑖᓂᒃ ᐆᒃᑐᖅᑲᑦᑕᓇᐊᖅᑲᖅᓂᒥᒃ.** ᐃᑲᔪᖅᑐᖅᐸᒡᓗᒋᑦ ᐱᔦᒥᒍᓯᒃᑎᓪᓗᒋᑦ ᓄᑖᒥᒃ ᖃᓄᐃᓕᐅᕈᑎᖃᓇᐊᒃᓴᖅ, ᓂᕿᓂᒃ, ᐅᖅᑰᓐᓃᑦ ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᒥᒃ.
- **ᐃᑲᔪᖅᑐᖅᐸᒡᓗᒋᑦ ᐱᑐᐃᓐᓇᐅᔪᓐᓇᕐᓂᖏᑦ.** ᕿᐊᓕᖑᓐᖓᓗᑦ ᐆᒥᓖᓕᖑᓪᓗᑦᑑᓐᓃᑦ ᑲᒪᒋᓗᐊᖅᑲᑦᑕᙱᓪᓗᒍ. ᕿᐊᓴᖃᐃᑦᑐᑦ ᓄᑕᖅᑲᑦ ᓴᐱᓕᑲᐅᑎᒋᕙᖕᒪᑕ ᐃᓕᑦᑎᐊᓚᐃᓕᖅᑲᑦᑕᖅᑐᑦ.
- **ᐅᖅᑲᖅᑎᕇᖕᓂᖅ, ᐅᖅᑲᖅᑎᕇᖕᓂᖅ, ᐅᖅᑲᖅᑎᕇᖕᓂᖅ.** ᐅᖅᑲᖅᑎᕇᓚᐅᕐᓗᓯ. ᓄᑕᖅ ᑎᒍᓯᕙᑦᑕᐊᖕᒪᑦ ᓱᓇᒍᑖᓂᒃ ᑐᓴᖅᑕᒥᓂᒃ.
- **ᐋᖅᑭᒃᓯᕙᓪᓗᓯ ᐱᐅᔪᓂᒃ ᑐᕌᖓᓯᒪᔭᒃᓴᓂᒃ ᓂᕆᐅᒋᔭᖅᓯᓐᓂᓪᓗ.** ᓄᑕᖅ ᒥᑭᑐᖅ ᑐᓯᔮᖕᒐᓗᐊᖅ ᐊᖕᒐᔪᑉᐸᐅᔭᐅᒃ ᑲᒪᒋᔭᐅᓇᖅᑕᖕᒪᓂᒃ, ᐅᖅᑲᐅᑎᒧᑦ ᓄᑕᖅ ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᓯᒪᔪᖕᒪᖔᖏᓐᓂᒃᑕᐅᖅ, ᐊᖏᓕᒃᑲᓂᕈᑎ. ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓪᓗᒍ ᓄᑕᖅ ᐱᕙᓪᓕᐊᔪᓐᓇᖅᓯᓂᖕᒪᓂᒃ ᐱᐅᔪᒃᑯᑦ ᓂᕆᐅᒃᑯᑦ. ᑕᒪᓐᓇ ᐱᕙᓪᓕᐊᔾᔪᑕᐅᓲᖅ ᐱᓇᓱᒃᑲᓂᕈᓐᓇᖅᓯᓐᓇᕐᒪᓂᒃ. ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᖅᑳᖅᑎᖃᑦᑕᖅᑐᒋᑦ ᒥᑭᔪᓂᒃ ᐊᔪᙱᑦᑕᖏᓐᓂᒃ.

ᐊᖓᔪᖅᑳᖑᔪᓐᓄᑦ ᐊᔪᙱᓐᓂᖅᓴᐅᔪᑦ ᐅᒃᑐᖅᑕᐅᔭᕐᓇᖅᑐᑦ ᑕᐃᒪᓐᓇ ᐅᑭᐅᓕᖕᓄᑦ

ᐅᖅᑲᐅᓯᓐᓂᑎᐊᕈᓐᓇᖅᓯᔪᓐᓇᐊᖅᑲᖅᑕᑎᑦ ᓂᕈᐅᕆᔪᑎᑦ ᑐᑭᓯᓇᖅᑐᒃᑯᑦ. ᑐᓂᓯᔪᓐᓇᖅᓯᓗᑎᓪᓗ ᖃᓄᐃᓕᔪᐃᔪᓐᓇᖅᓯᐊᖅᓂᐊᕐᓂᖏᓐᓂᒃ. ᐆᒃᑐᕐᓗᒍ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓪᓗᒍ ᓄᑕᖅ ᐱᙳᐊᕐᒥᒃ ᐅᓇᑕᐅᑎᖅᑲᖅᐸ, ᐱᙳᐊᕐᒥᒃ ᐊᖅᓵᕐᓂᐊᖅᓂ.

ᐱᙳᐊᖅᑎᕆᕙᒡᓗᒍ ᓄᑕᓖᖅ! ᐊᓐᓄᖅᑐᙳᐊᖅᑎᕆᕙᒡᓗᒍ. ᐊᓃᙳᐊᖅᑎᕆᕙᒡᓗᒍ ᐱᔪᓐᓇᕐᓂᒃᑖᒃᑯᑦ. ᐅᖅᑲᐅᓯᖅᑲᑉᐳᓯ ᐊᒻᒪᓗ ᐅᔾᔨᖅᑐᖅᑲᑦᑕᖁᒋᑦ ᓄᓇᒥ. ᐱᙳᐊᖅᑎᕆᕙᒡᓗᒋᑦ ᒪᓕᒐᖅᑐᒃᑯᑦ. ᒪᓕᒃᑎᖅᑲᑦᑕᕐᓗᒋᑦ ᒪᓕᒐᓂᒃ.

ᑕᐃᒪᓐᓇ ᑕᖅᑭᓖᑦ, ᓄᑕᖅᑲᑦ ᐃᓕᑦᑕᓇᐊᓖᑦ ᖃᓄᖅ ᐱᓕᕆᖅᑲᑦᑕᕐᓂᐊᕐᒪᖔᕐᒥᒃ ᐆᒪᔪᑦ ᖃᓂᒋᔭᖕᒐᓂ. ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑉᐸᒡᓗᒍ ᓄᑕᖅᐃᑦ ᕿᒪᒦᑦ ᒥᒃᓵᓄᑦ ᐱᑐᐊᖅᑐᒥ.

ᐃᑲᔫᑎᒃᓴᑦ ᐊᖓᔪᖅᑳᓄᑦ

- ✓ ᓄᑕᖅ ᓄᑕᖅᐅᖅᑲᖅᑎᒥᓂᒃ ᐅᓇᑕᖅᑲᖅᑎᖅᑲᖅᐸᑦ, ᐊᐱᕆᕙᙱᓐᓗᒍ "ᑭᐊ ᐱᖓᑎᑦ?" ᑕᐃᒪᐃᓕᐅᖅᑲᑦᑕᕈᕖᑦ ᐃᓕᑦᑎᓂᐊᖅᑐᖅ ᖃᓄᐃᓕᕆᐊᕈᓐᓇᕐᓂᕐᒥᓄᑦ. ᓴᐃᒻᒪᖅᓴᑐᐃᓐᓇᖅᑲᑦᑕᕐᓗᒍ.
- ✓ ᓄᑕᖅ ᓴᖑᑦᑎᙵᕆᒃᑳᖕᒐᑦ ᓴᖑᓐᓂᐊᖅᓯᓕᖅᐸᒃᑐᖅ, ᓲᕐᓗ ᐊᓯᖕᒐᓄᑦ ᐃᓐᓇᕐᒧᑦ ᐊᐱᕆᖕᒐᖅᑐᓂ. ᑕᐃᒪᓐᓇ ᐅᑭᐅᓖᑦ, ᐅᐃᒪᓵᕆᕙᒡᓗᒋᑦ ᐊᓯᖏᓐᓂᒃ ᐃᓱᒪᑎᓐᓇᓱᒃᐸᒡᓗᒋᑦ ᓴᖑᑦᑎᙵᓕᓗᑎᒃ.
- ✓ ᓱᓕᔪᒃᑯᑦ ᐅᖅᑲᐅᓯᖅᑲᑉᐳᓯ ᐅᓗᓇᐊᓇᖅᑐᑦ ᒥᒃᓵᓄᑦ ᐊᒻᒪᓗ ᑐᑭᓯᑎᕆᐊᖅᐸᒡᓗᒍ ᐊᑦᑕᓇᖅᑐᒦᖁᓇᒍ ᒪᓕᒐᓕᖅᑐᐃᓯᒪᓂᕐᓄᑦ. ᑕᒪᓐᓇ ᓄᑕᕐᒧᑦ ᑐᑭᓯᔾᔭᑕᐅᓂᐊᖅᑐᖅ ᐊᒻᒪᓗ ᐃᖅᑲᐅᒪᒍᓂ ᒪᓕᒐᓂᒃ.
- ✓ ᓄᑕᖅ ᐋᓐᓂᖅᐸᑦ ᐊᒻᒪᓗ ᕿᐊᒃᐸᑦ, ᐃᓱᒪᒋᑦᑕᐃᓕᖅᑲᑦᑕᕐᓗᒋᑦ. ᕿᐊᔭᓐᓂᖅᓯᐊᓇᕐᓗᒋᑦ. ᑐᑭᓯᑎᕆᐊᓕᕐᓗᒋᑦᑐ ᓱᖓᑦ ᐋᓐᓂᕐᒪᖔᑦ.
- ✓ ᓵᓚᐅᑦᑕᐃᓕᖅᑲᑦᑕᕐᓗᑎᑦ. ᓄᑕᖅᑲᑦ ᐅᒃᑐᖅᓯᐃᓐᓇᖅᑲᑦᓚᑕ ᐃᓐᓇᕐᓂᒃ, ᓲᕐᓗ ᑎᒍᓯᓇᓱᒃᑕᖅᑐᑎᒃ ᐱᔪᓐᓇᖅᑲᖏᑕᒥᓂᒃ. ᒪᓕᒐᖅᑐᐃᕙᒡᓗᑎᑦ ᒪᓕᒃᑕᐅᑦᑎᐊᖅᑎᑉᐸᒡᓗᒋᑦᑐ.