

Yis Yis te ba
jekjānanake kjānane
bēna sañakjānanake
sā dāmiwa ñara bawa

Cabécar Sulá

10 regla
shena ona

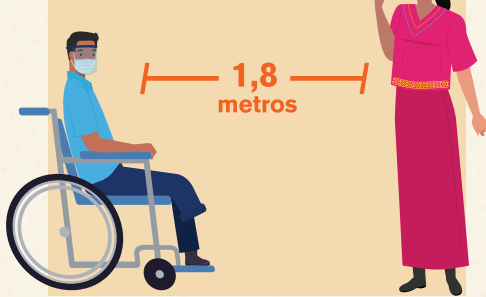
ñayuäkälä juina
ka shirilëwata

1.



Mascarilla shena
ktēna 6 años bitē ra.

2.



Ke sa ña sikachawa
alemana ña wājami
sa nasikatulami
1,8 metro kjena.

3.



Kē saku sa wābala
rā, sā yik rā, sa
kjābata pastsa.

4.



Saña chakā sa jula
ñakwa jula tsiñiwa,
käläwa o kamimi bā.

5.



Bā ma tsénara bā
kawāta bā kjābata rā,
yik rā kikulkāwa sā jula
ñakwa o pañuelowa

6.



Sā kawāta julaskuā 30
segundos kjena
dikäläwa, jabónwa o
alcohol 60° o 70° wā-
jjerewa gel ra jula
pasikā; sā mine ñakata
ra, sā ma yākā ra, sā
tséna o kjo kjo bolona
ukāskala.

7.



Jilé bēna waorkera
shena pasikanatulāmi
desinfectante wa,
alcohol wa o jilé tso
duē ktäkäläwa wa.

8.



Mascarilla rā, jilé
wakúwa rā, jilé tākäläwa
rā patāchawa; ke peita
yiana ia; ñaebā
teléfonos celulares kapi,
dispositivos electrónicos
wa kapi o jilé saka ka
peite kuna.

9.



Bā katkē tjota ra o ka
bā siwei dāka bāira, bā
jektsawatana junaka,
bā bāinane kjepa. Ata
ba katkekja jekyuäkälä
juí balanaka ra, bā
serbitā sārwi, jera bā mi
shā docente waia

10.



Ñayuā yeshtā wa
kiana jilé shā ra, te
ichake jilé
chakäkälä naka bā,
jilé ena si jera ibitā
ktā jekyuäkälä juí
naka

