

YALOK UUCHEJ

Ha'n li yalok uuchej li chi jumpaat naj puktesrib' ka kiru ha'in ha'n naq na chapmank li kaxlan mu ut puktesinkil re naq eb' li kok'al te k'e reetal li xseeb'aleb' li xch'ooleb' ha'b'an wan ajwi' li yalb'al uuchej q'axal xiw xiw na ru na sach'eb' xyuameb' li kok'al li neke' b'aanunre.

YALOK UUCHEJ LI CHI

Naq ink'a':



- Xrumb'al junaq li meet jun toqol li ha' chi sa' ut tnaq chi k'ojk'o.
- Reetz'unkil xajok li q'axal ch'a'j xb'aanunkil toj na raj xkutankil re xtz'olb'al.
- Xyal xmetz'ew aa sa' chi naab'al ut chi xaqaxinq aa woq.
- Rilb'al kaxlan mu se'leb'aal kok'atqeb' roq ut taa yal aa q'e re naq ink'a' tat se'q la't.

Yobalil:



- Ruk'b'al ha'n xiw xiw rub'al maraj k'iila b'an.
- Xb'oqb'al rax kamk saa b'ehen.
- Xb'aanunkil k'anjel xiw xiw ut b'arwi' naru Naka tawas aawib' aa junesal.
- Juq'ok atz'am ut canela.
- Xnumsinkil yalaq k'a'aaq re ru xsaa wu'j toj saa we.
- Xkutb'al saa b'ehen maraj ruk'b'al chiq wal ha'.

¿tseyuj chi wanej heb'?

Li b'aanuhom ha'in re li yalok uuch chikib'anb'il xb'ahaneb' li poyaanam famosos re waxinkil ruucheb' li kok'al utatqeb' li ch'ajom re naq te ok reetz'unkil ha'chaye naq neke' rab'i' naq q'axal te julaq Chi nawe'k ruucheb' sa'atqeb' li redes sociales.



*¡Chankiru naq eb' li kok'al ink'a te' nume'q Chi sa' ha'in!.
K'e cha wu li na'leb' li okqe Chi wotzb'al aawe.*

Lengua: Q'EQCHI'

Fuente: INCIBE y HealthyChildren.