

ÑENI MPÖDIXINGU

Ya ñeni ge k ara intene ne xa mpödxingu ne nehe, da graba ne da uti xingu ya ñeni ne da kjohyatho ya nxuts'i ne ya böts'i numu da hoki, pe nehe kjar ya ñeni ge hingi za ne tsa da medi or nzatho m'ui ge pets'i ya t'ulobots'i.

Xo ya ñeni:

Kjohya:



- Gi ei nar xito ko ra dehe ge da m'ai ge hinda dagi.
- Fet'i ya hnei ko ma ra ya paso ge hinto tsa da hoki nxadi pa gi kjuki.
- Hoki xingu ya abdominal pe gi pats'i ri xithe.
- Hyandi ya bideo ge kjohya pe ögi thede.

Hingiza:



- Gi tsi ra nuö hingiza ö ya ñithi.
- Tsa gi huangi.
- Hoki ya mefi ge hingiza ne gi ntsemi ne nehe adi gi hyekise.
- Hunts'i ra ü ne kanela
- Xo te gi fots'i ka ri xiñu ä ka ri ne.
- Xit'i ö gi tsi ra padehe.

¿Pe ge yo'o hoki?

Ya ñeni ge hoki mara ya kjö'i nehe ne da hoki ya nxuts'i., ya böts'i ne ya dogaböts'i, nehe numu da nu ge xaza ne nkjabu da popular kja ya red pa gatho.



*¡Ntsuni ge ya nxuts'i ne ya böts'i hinda tsogi!
Sigi xo te tugua page'i kjar sesio mukua.*