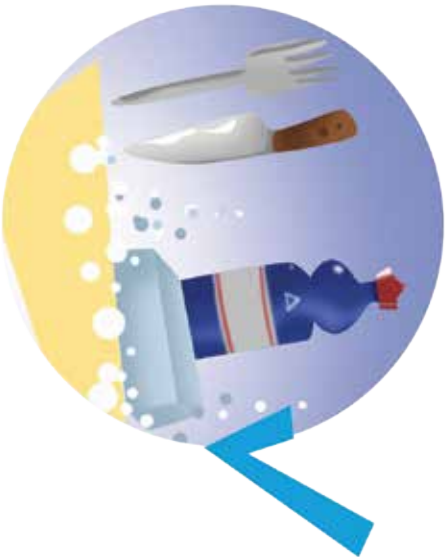




Jiitiro ja...

Nuu jichi xraanyo nducha chi ja kua ichiyo kuu, jantachiyo, ichi ñii yu'uyo, yaayo te suni kutuyo, te suni kuu ko'o ii nduchiyó te ja'a kiji yo'o te kuñaayo.



Noon sa'ayo ja maa kuku'uyo

- Nakachayo nda'ayo nuu a keeyo taka ja kayeeyo.
- Kuña'ayo nuu kateeyo, suan te ma sa'akayo ichi ya'a ichi uan.
- Sandoo va'ayo jiin nama taka ja jantunyo te suni ve'eyo.
- Ko'oyo nducha ja nikiti.
- Maa tuaa ndeva'anayo xiin ñayiu ja ku'u.

Tutu yita'anu kue'sa' ini

Jiitiro ja...

Kajitika ñayiu Ñuu Ñuko'oyo jiin kue'e ja sa'a ini te suni nuu ndi' Nuyiu, kue'e ya'a ii xraan nuu na kaku'un jaluli xi ñayiu ña'anu.

Noon kuu kue'e ja sa'a ini Najaa iniyó te suni jitiyo.

TU'UN JAA: NOON KU KEE JAS'I KAYAA KU'U

Na kee va'a, suan te ko va'a nu yaa ku'u

Nuu na kee va'aro nini yaa ku'uro koo va'a se'ero.

OMAR FLORES

ÑUU KO'OYO, 31 yoo uni kuia 2016.

Nuu na kee va'ayo, ma kuku'uyo, suni to'o si'i ja kayaa ku'u na kee va'ato nu kayaa ku'u, nu kaku se'e te suni nu a nikaku jaluli.

Nuu na kee va'a to'o si'i suni koo va'ato; na kee va'a to'o si'i ma kuku'u xi suni ma kuu maa xi se'e ja kaku.

Na kee va'a to'o si'i jina'a un kayaa ku'u, suan te maa kuku'u te skana se'e, suni se'e luli maa kuu te ka'anu ndanu kaku.

Ka iya va'a taka jasi'i ja yaa ku'u te suni ora kakaku se'e, nuu ka jito va'a maa te suni k ayee va'a. nuu suan na kee jina'a, chindee na koo va'a taka jai'i ja kañu'u se'e. Nini ku ja jasi'i:



Tana Ñuuyo

Taka Ñuu kajini ndasa kasa'a tana taka kue'e ja kando'o taka nayiu. Taka nayiu tana Ñuuyo ka jandiun taka yuku tana te kua tana ja yoo Ñuuyo. Tana ndau'u Ñuuyo, tana va'a ku chi nduva'ayo, sa'ayo sani ka'a ma nayiu tana, te ndukuyo nayiu tana ja jinika.



Ja kuyuva'ava'ayo jin ja kuku'yo, tana ndau'u Ñuuyo

Ja kuyava'ayo xiniyo te anuyo, chi yo'o nayiu ini kakuyo jin yunu, nducha, tachi, ñu'u te nuyiu.

Kue'e ja kaku nu ndasa sa'a viji, xi sa'a kiji. nu ndasa yayo jin ñu'u, nducha, yunu te nuyiu.

Kue'e tachi

Nsada ta'ayo:

Nayiu ja ku'u xi xini jatu ñaa ta'a ja'a, nada'a, te taviji, cha'a chi mani tiifu ku, kun chii, ni ku yaa ii te xii xaa jito; sini ja'a kiji te sana xini.

1

Nu tutu ya'a kaxu'unru nuro u'un nu ndasa kanastu chaa tana kue'e ya'a.

1. **Nastu jin taka yuku.** Nastu ndi'i innu nayiu ku'u jin in da'a yuku ja va'a ja'a, kija'a nastu xini te sdi'i nu ja'a.

Yuku ja jandiunyo ku: *pirul, romero, mirto, ruda, alcanfor, zomiate, tacoyo, hinojo, estafiate* te tichi'ilo; yoo chaa tana ja kachu'un *mezcal xi aguardiente* siki yuku nu ni kakija'a kanastu.



2. **Ja kaskuchi.** Ku ja kanastu nayiu ja ku'u jin tini nu yuku chií ndati in yunu ja kandi jika jin ve'e.

Taka yuku ja kajandiun: *ruda, albahaca, mirto, romero, hierba bruja*, tabaku kui jin peonia; ndi'i ya'a kasakuachiyo nu in yaji ka'anu, te kachu'un uxa nu nducha taka soko te loción uxa machu, uni xi kun too *alcanfor, alcohol, gota coral*, ingo te *nuez moscada*.

3. **Chiñu'uma.** Nastuxi si'in nayiu ku'u jin ti'i ixi ma, va'a ñu'ma ya'a tava ndi'i tachi.

Yuku ja jandiunyo ku: *tabaco* jin xuxa kutu.

2

DOBLA



UN NU KANDEYO JA CHINDEE YO'O NU KU'UYO

TUTU JA KAXU'UN JA KANTEYO NU CHINDE JA KU TANA
KU HN JA KU TIUN TE NDE'E VA'A CHINDE JA KU TANA NATIU KU'U

Tutu ja kaxu'u: 3110388497
Nu ja kaxu'un ja yuva'a: 1/SEP/2016 al 31/AGO/2019
Kiu ja ni kaja'a xi ni kenta: 1/9/2016
Módulo: PROSALUD
Ñuu: Nundua

Taka si'u			
Si'u: Valdez Fernández Juan Héctor cure: VAFH5408221HDFLRC07 Ndeu yanii: ichi, tu'un ja ka'uyo ve'eni, tu'un ja ka'uyo Ñuni, ndasa nani Ñuni			

Nuu kayoso ñayiu ja kani'i			
Tutu nu ka'a ndasa kayoso taka nayiu	Si'u	Jayii xi jasi'i	Kiu, yoo te kuia ja ni kakuyo
3110388497-1	Valdés Fernández Juan Héctor	H	21/08/1954
3110388497-2	Alonso de Vega María Teresa	M	11/09/1958

Tutu ja kaxu'un nu kanteni nu kachinde te kaja'a tana,te vey nu tutu taka kue'e ja ku chinde ni'i, te yuva'a xu'un ja chinde nayiu nu ni kakija'a kaku'u. Ka ja'a nu ma nayiu ja kunu tutu ja ka'a ja chinde te suni ka'a nou ku ja sa'a taka nayiu ja kayoso nu tutu.

Ja va'a ku ja kaxu'un ja cecasoeH ku ja uni kuia te ndi'i ja ku 31/ago/2013.
Te vasu, ja ku inka ja'a ja nachiso ja nayiu ma ku inka CECASOEH.

Ja ka'a ja yoo va'a cecasoeH, taka nayiu ja kayoso nu tutu nachiso ma suanni te nayiu ja inkoso jaa ma. Ndi'i nayiu cha'u cha'uni sani ka'a nu ma tutu va'a ku nachiso ma taka kuia.
Nu ni nasama in si'u nu tutu ya'a, kaxu'uni nu ve'e nu kachinde xi kakaxu'un nuyo ja kaya

In nu kandeoyo ja chinde yo'o nu ku'uyo ku ja ku ndi'i nayiu ñuu ku, ma ku ja in nayiu kee ja maa ja'a, ii kua'a nu sa'a sua te ku ki'i vekaa.
Nayiu ja kunu nu ve'e nu yaa jin articulo 77 Bis 4, Fracción I, II o III ley ja kunuu nu ndi'i ja kuyaa va'ayo.

Juan Héctor Valdés Fernández

Si'u ja kanu xaa ja sa'ani nu in tutu nu ka'a ja ni ki'inni vasu xu'un xi na ndatiun ku ma.

Kaxu'un ndasa sa'ayo

Kaxu'un ndasa sa'ayo

Ja sava'ayo nu teteyo te ja kuñaichini, nandi'iyó taka ndatiun te sua sa'ayo. Nandi'iyó ja chinde yo'o in nayiu ja jini ndasa kasa'a tiun ya'a.

Ma sa'a yaniyo nu teteyo yu'u in yucha xi soko te nu ja'a nu kua'a nducha ja ji'iyó. Nde'e va'ayo nu sava'yo nu teteyo nu ja'a tachi. Kenyo yuju'ee nu teteyo nu tu ja'a ndikandi. Te sata'a nu jateteyo ya'a tu nandi'i nducha.

A. TUTU NU YOSO TAKA NDATIUN JA NANDI'YO

Ndesaa	Ndatiun	Ndesaa	Ndatiun
Uu	lamina kaa	tn	Karru ñiti
U'un	variya	tn	Karru yuu ja ku ja'a ve'e
lñu	yunu (1.80 metro ja jicha te 2 metro ja kani)	Uu	Kilo alanvre ja ku'niyoo
Oko u'un	yuno (1.80 metro ja kani te 10 centimetro ja jicha)	Kun	Yunu suku ja ñaa 2.5 ja kani
tn sientó	nduyukaa	tn	Tuvu PVC ja 4 pulgada
Uu sientó	tavike	tn	kodo pvc ja 4 pulgada
Uni	Kaa ja chitinyo yujue'e	Kuun	vultu kaka
Uxi	Vultu sementu	tn	tn kaa ja naskunuyoo ja ku yujue'e
tn	Karru yuu ndi'i		

D. TE VA'A NA'A KUÑUVA'AYO NU TETEYO

- Nde'eyo ja ma kiu nducha nu ja'a cha'a, chi kija'a ja'a xiko.
- Ma chu'unyo cloro, pinu xi aceite ni kayu nu yau.
- Nakua'yo ndikiuni
- Kundi'uni yujue'e
- Ndikiuni chu'unyo ti'i kaka uu jinu kiu.
- Nu ja'a xiko te ja ku te'eyu ma cha'a ku chu'unyo yaa ñu'u xi yuxi yunu.

DOBLA

Ka'uyo te chaayo yu'u maayo.

Sa'in Sau Ñuu suku 2

Leo y escribo en mi lengua.
Mixteco Alta 2



mixteco • ñuu savi • ñu'u savi •
ñuu savi suku 2 • ñuu sau

Tutu ja jicha Pliego

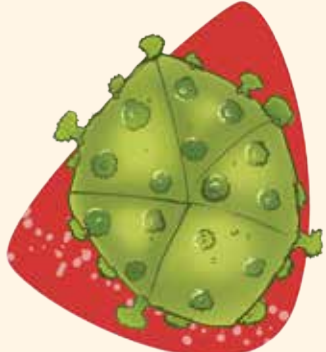
MEVyT Indígena Bilingüe

MIBES
México Bilingüe
Bilingüe con Español
como segunda
lengua

3

Ku'e ja ki'in yo'o nu nasketa'anyo nuu iyoo

Sava'ana ñayiu ki'in ku'e ya'a nu nasketa'an ndeva'ana nuu ii



Noon kuu in ITS

Kakuu ku'e ja ki'in yo'o nuu nasketa'anyo nuu iyo jin ñayiu ja in ku'e ya'a.

Its kiti yikinaa ja ñu'u chiiyo te yee ja yeeyo, te kiti yikinaa ja tu jiniyoo nuu kasa'a

- **Candidiasis** (kaachi ja kenta nuu yaayo).
- **Pediculosis púbica** (kitiyiki naa luli ja sacha'an ixi ja in nuu iyoo).
- **Virus del Papiloma Humano (vph)**. Nu u kiti yikinaa ja tu jiniyo nuu te ja ni'i xraan kuu, sa'a ja ki'in ku'e ja nani cáncer nuu iyo, nuu tete cha'anyo te suni sukuyoo.
- **VH/SIDA**. VIH kuu kiti yikinaa ja tu jiniyo nuu ja sa'a ja ki'in ku'e nana SIDA, ki'in yo'o nuu nasketa'anyo nuu iyo jin ñayiu ja in ku'e ya'a, xi nu ja ka'a nifi nuu ta'a, nuu kajantiun yikitiku ja a mikajantiun, suni naa jaluli nu ta'an ku'e ya'a te ja'a ja jachi se'e. Kiti yikinaa ja tu jiniyo nuu ki'in ndi'i yiki kuñuyoo, te sa'a ja ki'in sava'ana nuu ku'e yo'o.

Si'a nuu ta'an

Ja ki'in ñayiu ja nuu kasketa'an nuu ii (nuu iyo, nuu tete cha'anyo xi nuu kaitu yu'u ta'an). Yachika ki'in yo'o nuu yoo xraan ñayiu yakayoo xi nuu nasketa'anyo nuu iyo te tu ndifooyo mayo.



Satu'ayo

- Kuandiunyo ndatiun ja kasuyo xini nuu iyo
- Nu u ta'an ñaayo nuu iyo chiif ki'iyo nakotoya yo'o.
- Ma ku'a nu nuta'anyo ndatiun ja jantiunyo (sa'ama ja jasuyo nuu iyo, ndatiun ja seteyo nuuyo te sepiyu ja nakachayo yu'u iyo.
- Nakachava'ayo nuu iyo.
- Nu u ta'an ñaayo nuu iyo chi ki'iyo nuu to'o sa'a tana na kotoyaa yo'o.

Nuu ta'aro in ITS ma kokanooro. Kokotoro maaro



Si necesitas más información consulta los folletos de la serie “Educación para la vida y el trabajo”, publicados por el INEA. También puedes consultarlos en la página electrónica: <https://bit.ly/2PCSSc>

Taka ku'e ja ki'in yo'o nuu tu ndifooyo mayo ja kasketa'anyo nuu iyo

- **Sifilis** (kiti yikinaa luli ja tu jiniyo nuu sa'a ja ki'in ñii yu'uyo, yu'uyo xi nuu tete cha'anyo. Ki'in jayii te jasi'i. Nu u ta'anyo ku'e ya'a kenta ndi'iyi nuu iyo te tu jatuyo te naa. Te nu tu ja'anyo nuu to'o sa'a tana kijaa kenda ndi'iyi nda'ayo te ja'ayo.
- **Gonorrea** (ki'in nuu tu sandooyo taka nuu ndatiun ja jantiunyo te ki'in jayii te jasi'i. jayii chi nu niki'in ku'e ya'a jatu xraan nuu tete xexe, te nu tu sa'a tana maa chi jaa vani nuu ñu'u tixexe. Te jasi'i chi a va'a jaa in nuu ii, te kijaa u'u nuu toko. Suni ava'ana kijaa kenta ti'i nducha kuan kui nuu ii jasi'i.
- **Tricomontiasis** (kakuu kiti yiki ja kuu kuyaa vasu uxra ora siki ñiiyo te kunii sacha'an sa'amayo ja jasuyoo nuu iyo). Te nuu a miki'in yo'o chi jasi'i kijaa kata nuu ii, te kenta ti'i nducha kuan kui nuu ii ja ja'a ti'i xiko te jaa, te nuu nasketa'an nuu ii chi jatu xraan. Te jayii chi tu ta'an ñaa, vasu in ma ku'e, te nuu nasketa'an nuu ii nasia'ani ku'e ya'a nuu jasi'i. Nu u naki'in ku'e ya'a yo'o chi jaa suachi nuu kenta tixexeyo te jatu xraanyo.

4. **Ja tiu.** Chaa ja sa'a tana tiu in tana siki nayiu ja ku'u.

Yuku ja ka jandiun

ku: in too ingo, *nuez cascada*, si'u tun, in too ixi nu ja ni yii, in nu luli gota coral, ti'i yua *mostaza* te uni too luli guaco. Ndi'i yuku ya'a kachu'un nu ndixi xau'un kiu.



5. **Nducha tana ja ndua'a.** Ko'oyo uni xi kun kiu chi ndesa nu yuku ku.

Yuku ja jandiunyo ku: ña'ami jin yuku kuiji isu.

Niyu'u xi nikasi'u

Suan nikeja'a ta'an:

Tuu na soko ka ji'i ñayiu, kunini ini, kukuia'a ini te ji'i ñu'na, nduu ya'a; yachini kuleku, kukuijin nuu te kuita; yo ora ja ta'an kue'e kuun, kana ini, ja'a kiji te ku'u xini.

Suan kuu sa'ayo tana jiin kue'eya:

1. **Nakanayo.** Nastuuyo jiin in ndiu te unii kachiso crus jiin ndiu uan, ka keja'a ichi xini, ka kuun ichi kasuku, nda'a, sa'anta te ja'a. To'o ja sa'a tana te nuu a nindi'i ninastuu to'o ja ku'u, kiin ndiu uan te ndata te chu'un nuu in yajiin nducha. Nde'e nuu te kaxru'un na kue'e ta'an to'o ja ku'u te suni kei un nduva'a xi ma nduva'aka.

Ja sa'ayo tana kue'e ya'a jantiunyo: in ndiu, in yajiin nducha.

2. **Ja tiin nda'a.** Ka tiin nda'a ñayiu ku'u, na kuni ndasa jika niñi. Suan te jini to'o ja sa'a tana “nuu satiun va'a anuyo xi nuu niñiyo tu jika yachi”.

To'o ja kasa'a tana anikuu na'a ja kajini ndasa kuu tana taka kue'e ja kata'anyo, suni kajini ndasa kanani taka kue'e te taka yuku najiin kuu tana.

Ja uan ku, ja taka ñuuyo ndi'i ñayiu kajantiun yuku ja kutana, yoo ve'e nuu kasa'a tana ja suni kasa'a tana suan sani kasa'ayo, suni yoo ve'e ja kaskua'a taka kue'e te taka yuku ja kajantiunyo ja kuu tana.

Nuu kakunini ja kunikani ndasa kuu tana nde'eni ichi ya'a:

<http://www.medicinatradicionalmexicana.unam.mx>

Kanuu: taka tu'un ja kaka'anyo ya'a kuu ja skua'ayo, ja uan ku ja maa sa'a ndeva'anani tana va'a ki'in ndeni to'o ja jini sa'a tana.



- Chu'uni nuu ja yeeni (nuni, triu, cevada, arroz, xi na inka ka jinini ja kayeeyo); javixi xi ndua (tikua, manzana, ndika, tikua yuu, naña, yiki luli, tikuiti, zanahoria, xi na inka javixi xi ndua kajinini ja kuu keeyo); inka xi taka noon ka ja'a taka kiti (nduchi, nduchi luli, nduchi lava, nduchi tiluu, leche, ndiu, kuñu chuun, chaka, kuñu sndiki xi kuñu kini). Nu u na keero taka ndeyu ya'a koo va'aro te kua'an u ndanu se'ero.
- Maa kee xaanro xra'aan te maa ko'o xraanro nducha ja vixi xraan.
- Ko'o una yajiin suchi xii uu litru nducha ta'an ndi ki u.
- Kee uni ja'a ta'an ndi ki u: kasiini, kusama te kuxini; kuu keero javixi xi taka noon kasa'a jiin leche.
- Kee kua'a ndeyu ja ja'a ja jiin kaka'an vitamina, minerales, ácido fólico, hierro y calcio.
- Na koo noon nandi'iro, katu'un nuu chaa ja sa'a tana maa kei kuniro na inka tana ko'oro.

- Maa ko'oro ndixri, maa ka'muro inu te taka noon sa'a ja kuñaaro.
- Maa ko'o ndeva'anaro nducha vixi.
- Jooni café ko'oro nuu yaku'uro xi ja'aro ja jaxi se'ero.
- Maa kee xranro ñii
- Kotoro ja maa kaa xraanro xi ja maa nuu xranro.

Ya'a ka'anyo taka nuu ja keeyo ja yoo taka nuu ja va'a:

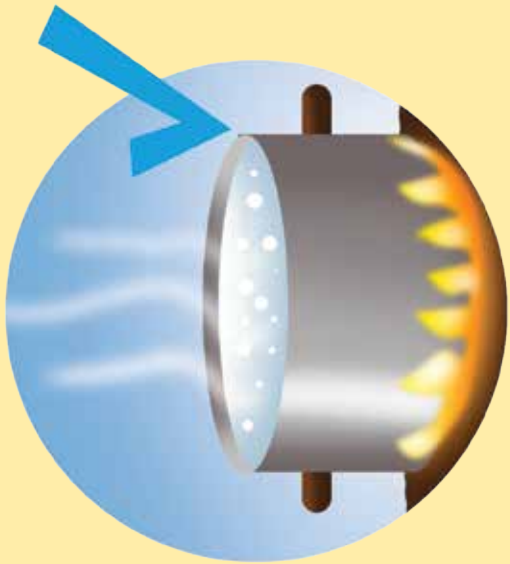
- **Kalsio:** leche, quesu, brócoli, nduchi, te chaka ja ñu'u ini kaa
- **Ierro:** staja'a, taka yua, chaka, chuun te kini
- **Asido fóliko:** espinaca, nducha tikua te ndiu

Ktoro maaro ja ma kuku'uro te maa in ja chu'un xiniro suan te koo va'aro, te suni se'ero koo va'a, ja uan ku, ja nini ku ja kee va'aro.



Noon sa'a ñayiu nuu na keja'a ta'an suan

- Kaxruun nuu chaa ja sa'a tana te koto maa sani ka'an chaa ya'a.
- Ko'oyo nducha ja ja'a chaa ja sa'a tana.
- Ko'oyo kua'a nducha, uu litru ta'an kiu, te nuu kuu jaluli yiki, nakaxi va'a.
- Maa ko'oyo refrescu.



Noon sa'a ja kata'anyo kue'e ja sa'a ini

- Nducha cha'an.
- Nu ja yeeyo nuu keja'a tiu xi tu cho'o va'a.
- Nu cha'an nuu kuu ndeyu xi nuu ñu'u nducha.
- Nu kaa tete dneva'ana taka kiti xii ñayiu kasa tuin maa suani ichi ya'a ichi uan.
- Nu tuu ka jichiyu xi tuu kananda'ayo nda'ayo nuu noon ka yeeyo.



Ndesa keja'a kue'e jiinyo

Suaan keja'a kue'ella:

- Kana iniyo
- U'u iniyo
- Kuun kua'a xi joo chiiyo



CH. TAKA JA KUÑUVA'A IN NU TETEYO

Nu ja kija'ayo sava'ayo nu teteyo, kuniva'ayo nsada kua'a ja sa'ayo nu teteyo. Sa'ayo taka ndasa kua'a.



Yau: kuu yau ja sa'ayo nu ñu'u te sa'a kunuyo va'a kuñaaa 1.80 xi 2.50 metro.

Kamara: kuu taka xin ja jasu yau te sa'ayo jin tavke te sementu. Sa'ayo nu yundava ñu'u va'a ma unkoyo xin.

Nu unkoo: kuu jandasu taka xin nu teteyo, te yuva'a ja yituu te j ama kiu nducha sau nu yau nu teteyo.

Pisu: kuu yunu nu jafuuyo, jenyo nu yau va'a ku teteyo te ma kanakavayo.

Sanitariu: ku nu ndukoyo va'a ku teteyo, ku sa'ayo jin yunu.

Kuartu: ku ve'e luli ja sa'ayo siki yau un teteyo.



E. NDASA KUA'A JA SA'AYO UN TETEYO

1. Sa'ayo yau. Yau kunu sa'ayo ja ñaa 1.80 metro xi 2.50 metro.

2. Sa'ayo ja'a jin variya, yuu te sementu jin ñiti. Nu nisdí'yo ni sa'ayo ja'a, kija'ayo sa'ayo ndekun xin jin taviki. Nu ñu'u ma kasuyo jin sementu. Taka xin va'a koo va'a ku kija'ayo sa'ayo ve'e luli.

3. Kenyo tuvu PVC in xin, ku'uniyo xin mua jin alanvre te nduyukaa. Kenyo kodo PVC va'a jaa tuvu inte nu ñu'u.

4. Sa'ayo ja kundi'u nu ma yau. Sa'ayo jin sementu xi jin yunu, ndekun xin sa'ayo nakuñaaa 30 centimetro. Va'a ma kiu nducha sau xi mi'i nu.

5. Sa'ayo ja kundi'u nu ma yau, ku sa'ayo jin yuni xi jin sementu, yuu ndi'i, nducha te ñiti. Kasu va'ayu nu, te stoyo nu ki'i cha'a.

6. Sa'ayo ve'e luli siki yau, kuandiunyo kun yunu loo. Yunu loo ya'a chinduijiyo 30 xi 40 centimetro ndekun xin va'a ma ndua.

