



¿Aa ni sa'a nd'a ni...?
Taa ni ichii xixi na yuu ta
ichi xixi ndao ini na, ndei
na, ni ichi yu'u na, yaa na
xi'in diti na, kuu tani kee
naa ndee nduchi noo na
xi'in djaana taa kuuyi na.



- Naa kata na nd'a na ta
kuuna kei na iin naa.
- Kania koo ve'e noo ko'o
na tata na dja oo tata na
noo tachi.
- Xi'in kloro ndoo xi'in
natu ini ve'e na.
- Koo na ta kui ni ndio.
- Naa oo koo ya'i na no io
na ku'i.

¿Ndia kia kania kee na dja
o ku'u na ku'de tii oo dja
koo tiña?

Tuti katano oni
noo kandodjo
to'on xi'in naa ni
sa'a kue ku'u tii



¿Aa saa nd'a ni...?

Kue ku'u tii kuu naa chaka
sani ndii nii koyo xi'i naa
yuu, ke'e dje ndo'o kua
naa xi'io naa noo naa kuuli
xi'i naa sa'ano.

¿Ndikia kuu kuu ku'i tii?

Kuu naa naa nei tii na xi'i
xi'ina.

TUTI KA'AN NAA NDAYAI KUU NŌO O NAYU NAA KUU KEI
NAA NŌO DJE'E NA

Ŋa va'a sasa'a na, iin ŋa chinde ŋa naa ŋo'o dje'e na

Iin ŋa sasa'a va'a na na ŋo'o dje'e na
xi'io nde inia dja koo va'a deje oon

OMAR FLORES

Siudad de Mexiko,
kuu 31 yoo marso kuia 2016.

Va'a kasa'a na iin ndi kuu no taki
ndi kuu naa yuu, dja va'a kande
na dja koo ku'u na, chaka vi nda
ya'ai na ŋa'a ŋo'o dje'e kania kasa'a
va'a na ŋo'o dje'e na, na ni kaki xi
xi'i na dja chichi ŋa na.

To'on kio va'a ŋaa kei na
ŋa'a chindeña nii kuni vida na;
kasa'a, va'a na, chindeña dja o
kuna o dje'e na taa noo kaki xii.

Taa sasa'a va'a ŋa'a, taa ŋo'o
dje'ea chindeña dja oo noo ta lee,
chindeña dja o kuu ta lee xi'in na
oo koo vee xii noo nii kaki xii.

Taa kuu na no'o dje'e na xii ki'io
kaki xi ne'e ta'ŋa ŋa ki'io dja na
mina xii ki'io sasa'a nana ŋo'o dje.
Ŋa yo'o kuu kee na dja kasa'a va'a



Tuti no vei
ndikea kavaa
iin no koon
tata na

Ŋaa koo ini ni kee ni

Noo kavaa no koon tata na, xiin ŋo'on ni ŋaa yo'o xi'in kee ni ŋaa kaan no
tuti yo'o. Taa kuu dja nduku ni iin tekniko chindeña noo kavaa ni.

Kania kavaa ni no tata ni xikaa no koo yaa yuta xi'in no ŋoon tubo no
yaa ta kui. Kaxii ni iin xia noo kana tachi, dja na koni tachi dja na oo kini
kasaa. Chii kani ni noo koni tata ni chii ika xoo no ndindii. No koni tata
ni koo xin ŋaa ta kui.

A. Tuti noo kandodjo yiko kuu ŋaa kee choon

Ndikio naa	Ŋaa kee choon
2	Lamina kaa
5	Variya
6	Tavla djandaa (1.80 metro ŋa ndika xi'in 2 ŋaa kani)
25	Tavla (1.80 metro ŋaa kani xi'in 10 sentimetro ŋaa ndika)
100	Nduyo
200	Ndo'o
3	Visagra kanda'a ye'e
10	Vulto semento
1	Iin kamio ŋoti

Ndikio naa	Ŋaa kee choon
1	Iin kamio ŋoti
1	Iin kamio yuu
2	Iin tu'u lamvre
4	Iin poste yito 2.5 metro ŋaa kani
1	Tuvo PVC ŋaa 4 pulgada xi'in 2.5 metro ŋaa kani
1	Kodo PVC ŋaa 4 pulgada
4	Vulto kaka
1	Ŋaa kaa ndadji ye'e

nduu djavi ka'a ra ndi kia ndoo na ku'u
aa ndu va'a na oo koo nduu va'a kana.

Dja kee tata na xin ŋoo na: iin
nduu, iin vaso oo yaxi ta kui.

2. Ndi kio xika nii. Ŋaa yoo
kuu toon ndee na ndi
kio xika nii, dja kanda ini
na ndi kio kua nii. Ŋaa
yoo chindee ta kee
tata yuku dja kanda ini
ra “ndi kio kee choon
nio na yuu, a kuitaa
oo ta nii ŋoo koo kee
choon ka oo koo ka
ndee ra”.



Na kee tata yuku saa na'a ndao
ni katia ŋa'a nde kee tata na kue xi'i sa'a mii kue, sa'a
ŋoo ndani ni naa kashi naa kue xi'i yuku ndidja kuu kue
ketatana. Noo ndani, noo ŋoo niikoyo ndei naa yuu ketata
xi'in yuku kue ndo na, djao ve'e tata ni nati tani na to'on
kio kee tata na xi'in yuku, sa'a ŋoo ndani ioo djakua na ve'e
tata sa'a kua xi'in yuku tata.

Taa kaa ni katia chaka ni saa tata yuku na nduku ni noo yo'o:

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

To'on: ŋaa ka'a ndu'u xi'in mi ni dja katia ni, sa'a ŋoo ndani koo kani tava
kee tata mi ni djio kania ko'o vani noo iin naa tia kee tata xi'i yuku.

4



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



Tuti na nee dja kona ketata na ta ku'u na

Tei to'on kio nda yai ŋaa:
Ve'e tata: Ve'e tata ŋoo Ni Xia
Folia:

Kuu nii taa na:
Noo nakiŋaa na:
Estado:

Dato titular	Ndi kio nii na noo kee choon na dja kuu kuna	
Kuu: CURP: Noo kuu ve'e na:	Ndi kio nii na noo kee choon na	

Kio kee na xi'in na:	
Koo chii yai na	Chii yai na

Noo vei kuu naa ni'i ŋa			
Folia tuti mii na koon kee tata	Kuu	Ŋa'a oo taa kuna	Kuu nii kaki na
			Mii na
			Yii
			Ŋaa dji'i

Tuti na nee kuu na yo'o dja kuu ko'o na kee tata na taa ndo'ona kue vei noo to'on no vei ndi'i kue kee
tatana xi'in no ŋo'o vaa djio taa ndaa kana ni konia kee choon na.

- Nakiona noo mii na tuti noo ka'a ndikua kani nina xi'in ŋaa kee kania kee mii na mia ndusa.
- Tei to'on kio nda yai ŋaa ni ka'a CECASOEH (sedula de karakteristikas sosioekonomicas del ogar) kuu ŋaa
oni kuia ta ni di'i _____ djandi'i, dja naa ndu'u tuku na dja kee na iin kaa CECASOEH
(sedula de karakteristikas sosioekonomicas del ogar).
- Tei to'on kio nda yai ŋaa ni ka'a CECASOEH (sedula de karakteristikas sosioekonomicas del ogar), naa ve'e
kio kee na xi'in na koo chii yai na ni'i ŋaa naa taa tuku mii oon va kuu noo kuia dja, naa ve'e kio kee
na xi'i na chii yai na kania chiyai naa dja ni'ina ŋa'a, dja naa ŋaa naa taa tuku mii oon va kuu noo
kuia.
- Nda kuu mio nadjaon noo Tuti na nee kuu na yo'o dja kuu ko'o na kee tata na taa ndo'ona kue vei
noo, dja ko'o nii noo nakina ŋa noo _____

“Naa ndaa ndidja na yuu dja oo ku'u na kuu ŋa'a ndi'i va na ŋoo, koo kuta ŋa'a nii iin taa nee choon.
Koo kani tania kee choon ŋa djao kaa tei niin na choon kane na”.

Naa kuu ka'a sa'a ndi'i naa ve'e ŋaa ni ni'i va na ŋa'a xi'in Articulo 77 Vis 4, Fraksion I, II, III
de la Ley General de Salud

Firma conformidad xi'in noo ka'a ŋaa ni na kii na.

Ŋaa nakani saa in
to'on kio tata ŋoo

Djidji nde'e in in ŋoo kue'e ku'u naa yuu, ndidjani to'o kio kee
tata ŋoo nii ko'oyo, kechona yuku tata xii djao kaa ŋa'a io
ŋoo oo yati ŋoo. Tata ŋoo kuu in ka naa kee naa dja kee tata
naa ku'ue, naya'ai naa kee naa kio ka'a naa kee tata xi'i yuku,
ndi'i djaa nde naa ndukuna, taa kee tata xi'i yuku na'a chaka.



Ŋaa ioo va'a xi'i ku'ue noo tata ŋoo

Ŋaa ioo va'a kuu naa ioo iin noo ini mia, ŋaa xini toni xi'i niio,
dja iin kuu ndi'i vaa naa yuu xi'i ŋaayuu.

Ku'ue kuu naa koo iin noo ŋaa vixi xi'i ŋaa i'ini, taa naa ki'io
ki'ita'a naa xi'i djauu ka naa yuu, ŋaayuu xi'i animan.

Mal aire*

Ki'io kee ŋaa:

U'u naa yuu xinina noo iin xia djinina oo iin xia ŋii na, kuitana
dja saandiki ŋiina; ŋaa tatana ŋa'a chii iion, koo tiina, naa nduu
yaana xi'i kuu ndai'i inina; dja ndaanii kuu djaana xi'i djii vaa
kuuna.

* Diccionario Enciclopédico de la Medicina Tradicional Mexicana. (2015). Mal aire.
En Biblioteca Digital de la Medicina Tradicional Mexicana. Recuperado de
<http://www.medicinatradicionalmexicana.unam.mx>

DOBLA

Ka'i taa tai to'on mi.
To'on savi nino 3

Leo y escribo en mi lengua.
Mixteco Baja 3



Mixteco • Ŋuu savi • Ŋu'u savi •
To'on savi • To'on dja

Tuti kano noo tanda to'on
Pliego

E. Dja na'a chaka na koo ve'e noo koo na tata na

- Kandaa na dja oo kee ta kui yai
noo tata na, djachi kini va koo
djiko.
- Oo tana kloro, ni kira tami sa'a nii
siti ni kei ve'e no kona tata na.
- Ndi dja ni kuu na natu'una noo
xikana.
- Naa kandadji ye'e.
- Ndi'I dja kuu, na taan lu'u kaka
noo in 15 sentimetro, uu nde noo
in kuu.
- Dja naa koo kini kasa'a xi'I naa
ta'ai ŋaa tatana, kuu tana ini yai
yaa oo xe'e yito.

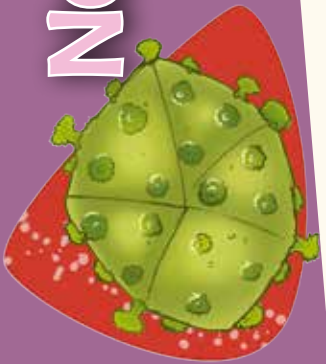
DOBLA

MIBES
MEVYT Bilingüe
Bilingüe con Español
como segunda
lengua

3

MEVyT Indígena Bilingüe

Tuti noo ni taa na xi'in ni nataana saa in ñaa ndayai
ndi ka mii vaa na yuu kuu tii kue xiko.



Ndi ka mii vaa na yuu kuu tii kue xiko

**Ñdi ka mii vaa na yuu kuu
tii kue xiko ñaa yo'o ndo'o
chakana**

!Ndi nda mii va na yuu kuu ndo'o kue xiko!

Ñaa kuu in its

Kua kue xiko kuu tiifna taa kidji ni xi'in ika na yuu
ndoo kee xiko.

**Its ka vaa ñaa kee noo ni kiri
vichi lee chii koo ku konio djo
oni xi'in nduchi noyoo**

- **Ichu kana yu'u.**
 - **Ti yuku lee kualii nee kue xikoo idji nduu na.**
 - **Virus papiloma umano (VPH).** Naa dejee nda'o kue kaa dja kuu kee ña kanser noo djiko noo tataa na ña'aa, toko, vulva, di'ndi, tidja oo djiko.
 - **Virus papiloma umano (VPH).** Kua in kue xiko nikava 100 kiri vichi lee chii koo ku konio djo oni xi'in nduchi noyoo. Djao kiri vichi lee chii kuu kavari kanser djao xia ni'iyoo.
 - **VIH/SIDA VIH.** Ku in kue xiko ni kava sida, ndoo na kue yo'o ta kidji na ika na yuu ndoo kue yo'o, ta ndeña nli, ta kee choon nduna ilo; xi'in no kaki djee na xi'in ta djachichi na ta lee. Kue xiko dja kuea ndeeyo chindeña dja o kuyo, saa ñoo ndani io ndao io ndoona kue xiko djee xixi too kanser.
- Ndi kio tiña**
- Kue xiko yaa in naa yuu no ika na ta kidji ni xi'in ika na yuu ndoo kue. Djee xixi kava vei kue ta kua na yu kidji ni xi'in ni ta ko io dada ni xi'i mii ni.



Taa koni ni kana'a chaka ni dja ka'ai ni noo tuti ka'a sa'a
“Educación para la Vida y el Trabajo” nii taa naa INEA.

Kuu ta'ani ka'i nii ñaa no internet: <http://www.conevyt.org.mx/cursos/folletos.php>



Ch. Ñaa kania kane noo koon tataan

Noo kasaa kavaa ni no koo ni tata ni, kania kanaa ni ndii ñaa kania
kanea. Iin iin ñaa, kavaa xoa, to'on kio kania koa.



Yai: Kua iin yai kaana noo ño'o taa
kania 1.80 metro kono koa.

Kamara: Nao ni kavaa ini yai ni kavaa
xii ndo'o xi'in *semento*. Xiin ñoo ñaa
chii kana sa'a xi'in yuu dja o kei nao.

Sa'a: Kua ñaa ni kavaa dja ni ndadji
yai, va'a dja kane'e ñaa noo xikana
dja koo ku'u taa kuii djai ini yai.

Noo xikana: Noo xikana noo koon
tataan kava'a xi'in yito, dja chinona
noo sa'a dja kechon ñaa dja
xikana yuu.

Noo koo naa tata naa: Kuu noo saio
naa yuu tata na, dja kuu kava'a
xi'i yito.

Ve'e lo'o: Kian ve'e lo'o kava'a sata
noo xikana djaa sa'a na tata naa.



D. Ki'io kava'a naa noo sa'a na tata naa

1. Kava'a na yai ve'e no kona tata
na. Dja ki'io kono naa koo ñaa kuu
1.80 metro xi'in 2.50 metro.

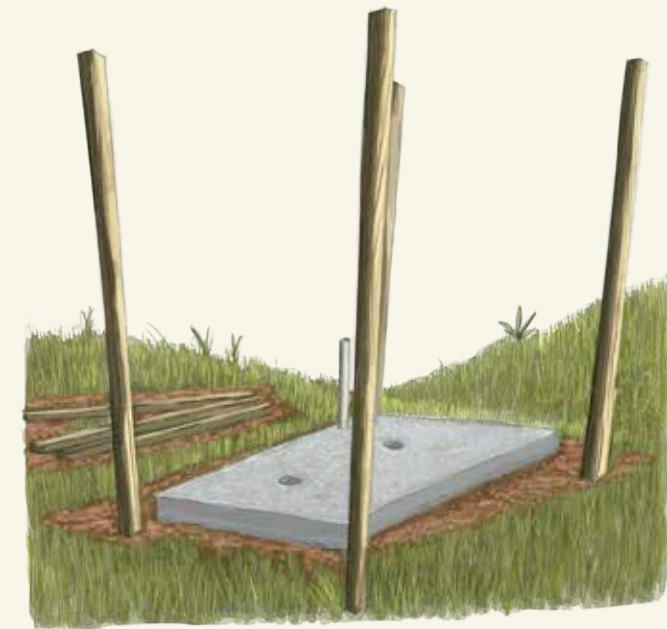
2. Noo kava'a sa'a kechon *variya*, yuu
dja *semento* xi'in ñootii. Naa nii ndi'I
kava'a sa'a, dja kasa'a kava'a comi
naon ñaa xi'i ndo'o, noo ño'o koo
kania nakutia xi'i *semento*.va'a ndaa
naa kandoo naun dja kuu kanoo noo
xikana.

3. Chinda'a naa tuvo PVC noo tito naun,
chinda'a toon naa xi'i *alambe* xi'i
nduyo. Dja taa koni ñaa, dja chinoo PVC
dja naa saa tuvo noo ño'o.

4. Kava'a noo xikana ve'e no kona tata
na. Noo xikana kuu *semento* oo xi'i
ta'ai yito. Dja naa kanoo ñaa no naun
xi'I dja koo djiko ñaa 30 *sentimetro*.
Noo xikana, chindeña dja koo ku'u taa
kui oo xe'e ini yai.

5. Kava'a noo xikana, dja kechoon ta'ai
yito oo xii nde-ei ñootii ndee, *semento*,
takui xi'i ñootii yadji. Noo xikana, kania
kaunoo ña sa'a, dja djankon yia noo
tata naa.

6. Kava'a ve'e lo'o noo tata naa,
kechoon naa ndin 4 dji'i yito. Dji'i yito
kani nduxi ra to'o 30 oo 40 *sentimetro*
iin iin tito noo xika na, dja na o kui na.



Noo tuti yo'o ka'a ndu'u xio'o o'on ki'io kee naa kee tata xi'i
tata ñoo dja nduu va'a naa.

1. **Yakona xi'i yuku.** Dja “nduu vii”, naa ka'a, natu'u nii kuu ñii
naa ku'u xi'i iin no'oni yuku tami sa'a, kasana xii djinina djaa
djandi'i xii sa'ana .

Yuku kechona kuu: *pirul, romero, mirto*, yuku lota, yuku vixi,
tayuxi, *takoyo, inojo, estafiate* xi'i tiindidji; djao naa kee tata
xi'i yuku, ko nini naa *meskal* oo borrendi noo no'oni yuku
dja nduvina naa yuu ku'u.



2. **Ñaa dja kuchina.** Kuu ñaa yako naa na ku'u xi'in ñaa ni
djaka taa noo oo yuku, vaa kavi na kakia iin tii yito iin xika
chaa no ii ve'e.

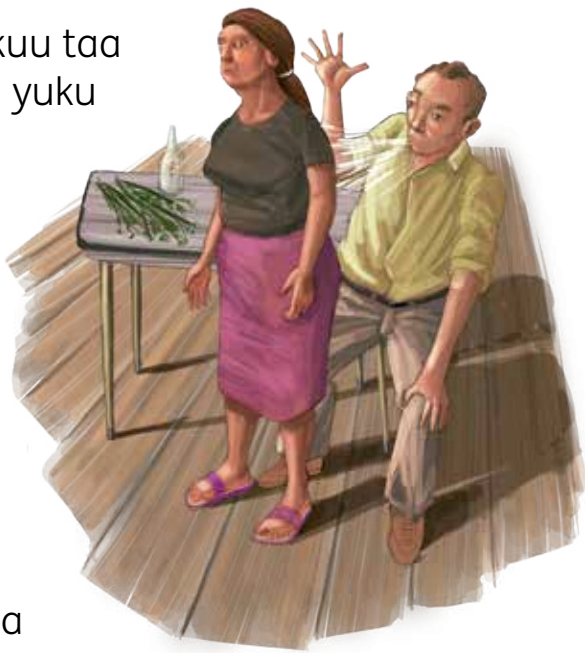
Yuku kee choon na kuu: yuku lota, *albahaca, mirto, romero*,
yuku ña'a tadjji, tavako kui xi'in *peonía*; ndi'ian yo'o kuachi
ini iin tiisa'a ka'ano, dja ta naa 7 yira tachi, yira tachi kui, oni
oo komi ta'ai yuku vixi, *alkol, ingo* xi'i tii xiki nii ndiko.

3. **Ñaa chi'i ñoma naa.** Ñaa yoo kuu djadjaa naa sa'ana ku'u
xi'i lu'u idji djinina, ñaa yo'o keena dja naa tao ño'oma tachi
ndo'ona.

Yuku kechona kuu: tavako xi'i djusa.

4. **Ñaa tuuñana.** Ñaa yo'o kuu taa
kee tata ki'i ku'ua nii tu'u yuku
saa nii kava'a djavi ndee
tuura sata naa ku'u.

**Yuku kee choon na
kuu:** Iin ta'ai ingo,
tii xiki nii ndiko, kuti
nde'ei, iin ta'ai idji yu'u
naa sano, iin no'oni lo'o
gota *koral*, lu'u *mostasa*
xi'i oni ta'ai kuali guaco.
Ndidjaa kuu ña'a yo'o naa
kaño'o ndaxi noo iin litro
borrendi noo 15 kuu.



5. **Takui tata koo na.** Ñaa yoo kania koo na noo oni o komi kuú
yuku saa ni kava'a.

Yuku kee choon na kuu: yuchi ñami xi'in yuku kuxi sakua.

Naa ni yu'u

Na yuu kuú koo kuiko na, na kani ini na, kuu ndai ini na, kudji
na koni na, nduyaka nduyaa; na kuú kao ichi na kua na, ni nduu
yaa na ta kuita na; ndani kuu ndusa na, djana ta tai djini na.

To'on kio kee tata kue yoo:

1. **Ñaa na yako ñana.** Ñaa yoo kuu noo na yakona na kuú
yakona iin ni ñina xii iin nduu too taa kaa iin krus, djiin ñoo
ka kasaa na xi'in djini, djavi ka'a djiki, djavi yika, vaa nda'a,
nda'a, dji'in, djavi sa'a. djavi ta kee tata yuku tani ndii ni
nayakora na kuú, tai ra nduu ini iin vaso oo yaxi xi'in ta kui.
Yoo vi dja ta kee tata yuku ndee ra noo ta kui noo ni tai

na kuu chinde na dja kande
va'a na ña'a ño'o dje'e.
Mia ndusa kania kee ña'a:

- Taa ni no ña sasa'a ni ndiki ña'a
xii noni (noni, tirio , avena,
arros, tein djao ka ña); ku'ui xii
ña kuii (tikua, ndika, mansana,
tikua ndiki, tineei, yiki, tiikuiti,
sanaoria, tein djao k aña);
leguminosa xii ñaa ve'i kiti
(nduchi, lenteja, aba, garvanso,
taa ndodjo, nduu, keso, tiñño,
tiyaka, koñi chee, oo kini). Na
kasa'a ni ña yo'o ki'io va'a ña,
koo nde ni xii ña xinño'o ni dja
kuu va'a ni, dja ku'ano dje'e ni.
- Naa koo kei kua na dja'an, siti
xi'in ñaa vidji.
- Naa koo na ona vaso ta kui oo
uu litro taa kui iin kuu.
- Naa kasaan oni ndee iin kuu
(kadjini na, kasa'a na xi'in kadjei
na); tei ñaa kasa'a na na kei na
oni noo kui xi'in ñaa kavaa xi'in
lechi.
- Kasa'a ni chaka vitamina xii
mineral ki'io asido foliko, yerro
y kalsio, dja naa koo ña kee
choo ni, nato'o ni taa kee tata
ña dja ka'a ra ndekia ko'o ni.
- Djan'i ko'o ni alkol, nii koo ka'o
ni sigarro o ni droga.
- Lin ndi'ikuu noo takini lu'u yera
vidji naa ko'o ni.



¿Ndikia kee dja kuú tii?

- Taa kui yako.
- Naa sei na ni kasa'a
tai ñaa oo koo nii cho'o
va'a ñaa.
- Koo ndu vii na noo
djacho'o na ña'a xi'i
noo ño'o takui xi'i na.
- Koo saio dada na xi'i ñaa
tata kiti xi'i naa yuu tata
na noo tachi oon.
- Koo nduu vii na mina ndii
dja kuu ni dja koo nakata
nda'a naa sasa na.

¿Ndikia kania kee naa taa
ndo'ona naa xioña kuúe?

- Kona noo taa kee tata dja
kee na ndi'i ña'a ka'a
ra xina.
- Ko'o na takui o'ova.
- Ko'o kua na takui, 2 litro
noo iin kuú. Taa ndo'o
taa lee djo, ki'io na taa
ndodjo nanaxi naa ko'o xi.
- Koo kania ko'ona yira vidji.

¿Ki'io kee ñaa xioña?

Dija kee kuúe taa ndo'o na:

- Ndusana.
- U'u tii na.
- Koon tii na.

