



# T'OK'E NAJDHER SORIT'É HOQA



“t'ok'e najdher sorit'e” t'ats'edi k'l t'at'u hotthe t'a najdher ha senedé hoqa t'oho nenaré gasi t'a gasie horefna hawúja de.

Ku t'a t'ok'e najdher senelé hoqa k'i yisi horichile yak'e hedj, zeyi hel zeyer najdher ha neba huza dé. Naidisíne, dada nedhé hutó wina kón tthézase t'axá hots'í nít's'í ye hája de zanjile huto t'arj't'a hile za. Ku zekonodher dé, yatí dene ts'ën nilye ha t'a gasi Hoghefnj sí beyatí huto t'at'u dene ts'ën yatí nít'a k'e (beyatí, TV huto zediri k'e) Ku zediri tthere hoqa t'anets'edi sí zediri dene gasi hoghefnj bet'esi.

**Zejá yuyaghe, t'a hujj sí neba thela sí t'at'u senedé ha t'oho gasi nodher de t'ok'e Najdher d'aj ha zediri k'e sí:**

**T'a holé hoqa:**

- Yisi danjya kudane tñjya s'óná. Zeyer ch'asi tñjya s'óná t'ats'ën konets'edi hots'ën t'a gasi Hoghefnj bet'esi.
- Horelyu yak'e darula, tñda bit'asi ts'ën chu horelyu yisi tñda tth'í darulé.
- Yisi danj'á ch'a horelyu gasi darule, tsadhele datedhé tth'í hu.
- Fan daruj'deth, yisi honedhel chu honek'ath tsatsane tth'í nuj'thith.
- Yisi kón k'e tth'í t'oruj'za s'óná. Horelyu bek'e tñj'za darule.
- Yisi yu nareshé tsatsane t'oruj'za s'óná.
- Yisizase nódher zeyer ch'asi tñjya s'óná yak'e chu tñda ch'asi nódher, zeyi chu hoqa de yasi yedá ts'ën nahiyé naidisíne nít's'í zarj'dath za.
- Nenaré beyatí chu TV hoghuj'fnj la honj godhé ha.

**Zedoghfnj ha zediri huj'si:**

- Yak'e begése hoqa de bedarule, yisi danj'za k'e chu tñda naré bedaruj't'us chu zejedheth t'a. T'aseldatselé t'oruj'za tñda yaghé bet'a gasi d'adhí ch'a.
- Ku yak'e hujj de, bek'e zejedheth huj't'us bek'e.
- Ku hotthé senedé ha neba hoqasi yasi zejedheth haj't'ath de yak'e haghelya zeyi de bek'enelnj tape chu t'ok'e najdher sí.



## Due nodhí ts'ën Sehüt'e Hotthé

**Ku nebeschëné ye nel due nodher dé zeyi la't'e zasi horelni nel hajá dé zediri neltsi ha neba hoza'si**

**Ku beschëné ye hıgal de beyati zediri gha dethıtt'agh de "t'ok'e najdher sorıt'e hoza'" gha, ku dāne zediri neltsi hoza':**

- T'ok'e "t'a horelni" sı ch'ası dıngıhá hoza' zeyi chu k'oth la't'e boretl' de tth'ı hu, kuli zediri tth'ı k'orılyá hoza' nahıyé naıdıslıne thetsen chu boretl'le sı.
- Beyati horıtt'agh hoket'a hel t'anets'edi sı bek'ot'e t'a zeyi zası hogheıni sı bet'esi. Ku zeyi zası horelni dik'a ghonı ha borelni de, nebeschëné kudāni bedarıl'deth hoza'.
- Horelyu yak'e chu beschëné ye danza' darıla. Beschëné ye honelthel chu nek'a hekoth de nıttıthı kudāne.
- Ku zeyi la't'e zası hoghede de t'ok'e nıya ch'ası hıya de zesot'ele zeyer hıttı hadé norıle de kuli zesot'ele sı.
- Ku zeyer ch'ası hıgha ha due dé "t'ok'e horelni" gá, kudāne beschëne nıttıthı zeyer norıle beyati tth'ı horıtt'agh. Beschëné helta ha dok'āne dıkk'a chu beschëne hezil chu dok'āne dıkk'a.

## HORELYU HODARUL'DETH



Ku zediri zası Hodaruldeth Nıttıth'er de zeyer honaré dene naradé boghedı hats'edi sı zesorané ch'a. Ku zeyi Hodaruldeth ha nıngıdher de, dene zeyer honare naradé yısı nadé hoza' t'ok'e bel nıngıdher sı zeyer ch'ası tıdeı hoza'ıle t'oho zesot'ele hanaja ts'ën horelyu dene hats'edi zeyer honare. Ku zediri t'a dene ts'erani ha ba hoza'si dene ts'erani ha, ku zeyi hel t'a due nodher sı sehule huto t'a zası due sı sele ha nanı dene yets'ıdhıle naradé de dıdeı halye daıı ha.

### Ku t'at'u nodhi ha

1. Ku dāne dıngıgha zeyer ch'ası t'ok'e yısızase nezu ts'ën chu t'a nel nadé tth'ı hel.
2. Hodaruldeth chu tında darıla.
3. Dok'āni nıttıthı chu yısı yası horet'ı hawıle dok'ānase za.
4. Yak'e chu tında darıle kudāne.
5. Yak'e chu tında ch'ası nıgdher.
6. Dechtel k'e nıtt'e noret'ı ch'ası.
7. Nets'ı phone tth'ı darıldeth dene zeyaja de begħa zeyi dıttı hut'a ha.
8. Ts'ethıye chu hoghıni zeyer.
9. Zeyer yısızase nıgdher t'ats'ën nets'edi ha negħa nıttıdeı ts'ën. Ku zediri benqınlı sadzı hudı ghonı t'ats'ën nets'edi ghonı ts'ën.

### Ku yısı kın ha deltser dé?

- KU DANE NQDA sqna' t'axa hots'ı ııı huto due nedolthı ghonı t'a t'a zeyi danıya sı.
- Zeyer norıle t'ok'e thıttı sı, nel zesot'ele hoza' de.
- Ku zeyer yısı horek'a de, dene horıtt'agh la T'a Bet'esi zası hodogheıni gharé.



# T'OK'E NAJDHER/DENE ?EŁA NARADÉ HA HO?A



Ku do?ası hodhel natser de horełnı ghonı ! Nığat'u bit'ası ?ıgha ?edı hané fı t'ok'e nağher naré hel nak'e ?edu hu ?edza ghonı; bet'a dene ha horełnı chu sughua hılé.

## Ku t'a bel horená ghonı hade t'oho ?edırı nodher de ?edırı sı:

- ?atnedhe
- Ts'ekuı beyase cha thedá de
- Sekuı
- Dene tthenę dzıregħaı ha due de
- Dene sughuena hıle hu

## Hok'ath natser de

Ku konodher de, hok'ath natser hajá de t'ok'e nağher nare kulu nak'e ?edı haja dağı de nenaré. Ku ?eyı nodher ts'ën tth'ú dene ts'ën yatı nıt'a fı t'ok'e nağher hotthe ts'ën dene hel kohódı.

## Ku ?edoghılnı ha yatı ?eja

- Hoket'a tu ghığa, dene tu łá hedá haıle de dene tth'ı ?ıgha nığhıl ghonı.
- Ku ?ası nedhel tth'ı ghığa dzık'e t'a bet'a netth'ı nık'ath ch'a chu kın tue chu lıkafı ghığa sıná.
- Ku bit'ası BBQ dığk'a sıná, tsáđhel, huto ?eyı łat'e ?ası yısı – horelyı bet'a horık'ıđ ghonı ha horełnı ?a BBQ yısı dethığk'a de borełnı ?a.
- Netth'ı k'e yu ?awıt'ı.
- Yu ?elk'e t'orığa bet'a nığhel ha neyue tth'ı benaltsel ha hoghılnı chu nechęnę k'e denıt'ı tth'ı ho?a.
- Ke benalts'el hıle tth'ı yığeth, nezu neghelya chu nedhel hel deker tth'ı ch'a ho?a ?ekıltth'ı ch'a.
- Yısı nawığher, t'ok'e hodhel ga.
- Ku ?eladıne ?a honıłthel hadé, ?eyı łat'e ?ası nets'ı ho?a.
- Ku nekuğ yısı honedhel due de, dene hel korılnı la kudáne. Nelot'ıne huto nets'enı bekuğ nığdher ha senele hotthé ts'ën tth'ı.
- Bit'ası t'ahıt'e hoghılnı hok'et'a. Beyatı chu TV bit'ası t'ahıt'e ha hoghılnı hok'et'a nenare t'ahıt'e sı ghá hok'et'a ?eyı horılyá ho?a. Environment Canada bit'ası hoghełnı bet'esı t'ats'edı sı hoghılnı.
- Ku due nodher de ha hotthe ?ası ?ela thığa la ?eyer tu hu, ber hu, tsamba hu beyatıase dağı ?eyı ye thığa. Ku ?edırı tth'ı hel ?ası k'ılnı nekuğ t'a ?ası t'oreğa ha nıđđen sı, sekurıase ba ?ası hu, nadı t'a bet'ore?a hu, fı nets'ı de ba ber dağı, etc.



## Due nodhí ts'ën Sehüt'e Hotthé

### T'ok'e dene ba Hoḡa

Ku ḡeyi t'a dene xa hoḡa k', dene nedhel ha thela sɨ t'a losɨ ba nɨdhɨl ha ḡeyer yɨsɨ dene ha nuḡ'a ḡa. Ku t'ok'e ḡeyi dene xa nuḡ'a k'ɨ ḡerɨht'ɨs kuḡ yɨsɨ sɨ kuḡ yɨsɨ dene ha horelyu dene xa bedaharelye hoḡa dene ba honedhel ha ḡeyer yɨsɨ tthenḡ honedhel huḡɨ ḡa t'oho t'axa hots'ɨ ḡeyer honaré dok'ane danɨttheth de.

#### Ku ḡeyer yɨsɨ ḡasɨ honedhel ha ḡedɨrɨ thela hoḡa:

- Yɨsɨ horɨcha hoḡa
- Bek'ets'etɨ huto t'aschḡḡ
- Ber
- Beye ḡasɨ kat'edh ha
- Generator bet'orḡa ha
- ḡeladune bet'a honedhel ha (yɨsɨ honedhel ha tsadhel ḡase, yɨsɨ ha etc.)

Ku ḡeladune hoḡa bet'a yɨsɨ honedhel ha dene xa nuḡ'a ha **yɨsɨḡase t'ok'e ba honedhel ha hoḡa** ḡejɨ yɨsɨ t'ok'e dene naradé sɨ **kḡn tsadhel daɨɨ**. Ku ḡedɨrɨ hel hoḡa senunḡa hotthe t'ok'e yɨsɨ t'a bet'oredhɨ hasɨ t'at'u dene xa bet'oredhɨ daɨɨ ts'ḡḡ.

### Ku hodhel natser de

Ku bit'asɨ hodhel natser ts'ethɨle de t'ok'e dene naradé naré chu dene xa horeɨnɨ ts'ethɨle de ḡeyer t'ok'e dene ba. Dene xa hodhel natser dene horeɨnɨ ḡedɨrɨ laḡ'e ḡa dene ha due ghonɨ sɨ:

- Betthɨ huḡule/ba horená ghonɨ
- ḡenakuɨ/bebie huḡule
- Betthɨya
- Beyɨ natserɨle/bedzie naɨtɨa

Ku ḡeyi laḡ'e ḡasɨ herɨdí de t'oho nel ḡedu ts'ethɨle nuḡndher de, kudane t'ok'e nonek'ath ts'ḡḡ nuḡa chu ḡasɨ nek'ath hudḡ - TU t'a hoḡasɨ nezɨ sɨ.

#### ḡedɨrɨ gharé ḡedoghunɨ Ha Yatɨ:

- ḡasɨ nek'ath laḡ ghudḡ hok'etɨ'a, noruḡɨn sḡnḡ – tu t'a hoḡasɨ nezɨ sɨ ḡeyi ha.
- Likafɨ chu kḡntue ghḡda sḡnḡ - bet'a dene tth'ɨ ha nezule ḡa.
- Bit'asɨ t'anuḡ'e sɨ ha ghḡt'ɨ - yu denɨt'ɨ ḡawuḡ'ɨ sḡnḡ, yu delḡḡ hɨle begḡa nɨts'ɨ ḡnɨ kḡt'e.
- Ku nenaré honɨdhɨle ch'a ha hogḡunɨ hoketɨ'a.
  - + Saḡ'asɨ nḡdher yɨsɨ daruḡbal dzɨne de honɨdhɨl ch'a.
  - + Ku yɨsɨ honek'ath ha ḡasɨ nets'ɨle de, yak'e daharuḡta tedhe de bet'a yɨsɨ honɨk'ath ha chu dzɨne de fan ḡawuḡ'ɨ nɨts'ɨ ha yɨsɨ ts'ḡḡ.
  - + Sa yaghe ch'asɨ nawudher hoketɨ'a.
- Ku bit'asɨ ḡasɨ ghḡ naɨdher hade dɨnuḡa t'oho neltsɨ ha nɨ ch'asɨ – k'ambu danɨ huto naɨḡa de.
- Hoketɨ'a ḡasɨ yaghe ts'ḡḡ nḡdher ts'agh chogh ḡawuḡ'ɨ, begḡa nɨts'ɨ ḡnɨ ts'agh.
- Nebeschḡḡ saḡ'ase nuḡa.
- Sa ch'asɨ ha tḡagh t'oruḡa SPF 15 hanarɨtser hots'ɨ.



## Due nodhí ts'ën Sehüt'e Hotthé

### T'ok'e dene hel honek'ath ha daholá

Ku ɣeyi dene t'ok'e bel honek'ath ha nɣt'á sɪ t'ok'e norodé sɪ horelyu dene xa hoɣási ɣeyer naradé ha yɪsɪ danik'ath ha. Ku ɣeyer ɣerihɣ'is kuɣ yɪsɪ nɣt'a ghonɣ, sá k'e yɪsɪ hochogh huto t'ok'e dene ɩá ɣeɩa dɔdeɩ bel hok'ath k'e huto hodhel k'e ha horelyu dene xa ts'ere dok'ani nettheth huto de.

#### Ku ɣeyer yɪsɪ t'a ɣasɪ thela hoɣá:

- Yɪsɪ horɣcha hoɣá
- Bek'e ts'etes huto t'aschɣɣɣ
- Ber
- Ber k'atedh ha ɣasɪe
- Generator bet'oredhɪ ha
- Yɪsɪ honek'ath huto fan tɣɣ tth'í huto dene xa

Ku ɣaɩu ɣedɪrɪ tth'í dene xa honek'ath ha senɣt'a de **dene honek'ath ba ɣasɪ nechɪle huɩ de** ɣeyer yɪsɪ t'ok'e dene xa sɪ ɣedɪrɪ hel **honek'ath huto nechɪle ɣeyɪ ɩat'e de**. Ku ɣedɪrɪ hel hoɣá hotthé t'ok'e t'a yoh bet'oredhɪ hasɪ dene hel kohodí hoɣá bet'oredhɪ hoɣá ɣeyɪ ha.