

# Naxa kuví ntatú'un-yó xí'in na kuáchi xa'á yuku xa'mi na yuví.

Átu kónixini-ún ña yó'o: kántíxa na kuáchi tu'un nána táta-na tá ntatú'un-na xí'in-na xa'á naxun vä'a kúú ña xa'mi yuku.

Ná ntakitá'án-ún xí'in na kuáchi se'e-ún ra kuntiaa-ún-na ra saá kuvi chintieé tá'án-ún xí'in-na ña ná kä'mi-na ra ná kö'o-na.

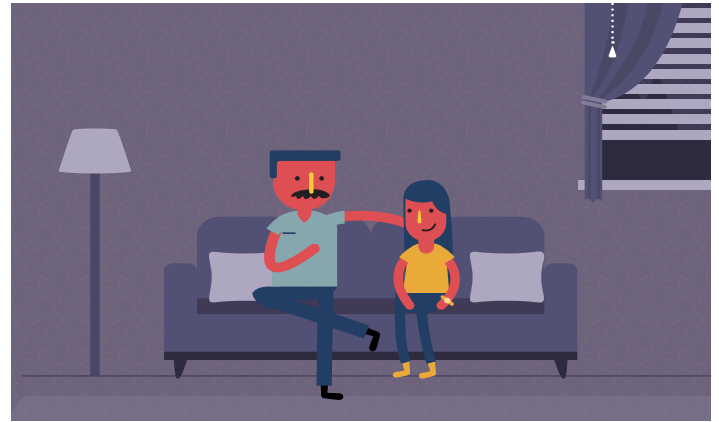


## 1 Ná ntatú'un-ún xí'in na kuáchi se'e-ún

Köxiniñú'u-ún ka'an ntosó nuú-na. Ná kuée va ntatú'un-ún xí'in-na. Ra ná tótóo ntatú'un-ún xí'in-na. Tá ntakuntieé-ún ntatú'un-ún xí'in na kuáchi se'e-ún ra saá kuvi kutú'va-ún naxa ká'án-na ra naxa kántíxa-na ra saá kuvi sána'a-ún-na.

## 2 Ná kuni so'o-ún tu'un ká'an na kuáchi se'e-ún

Ná kuni so'o-ún tu'un ká'an na kuáchi se'e-ún ra saá kuvi kuntáa ini-ún-na ra kuvi kuntáa ini-ún naxa kántíxa-na.



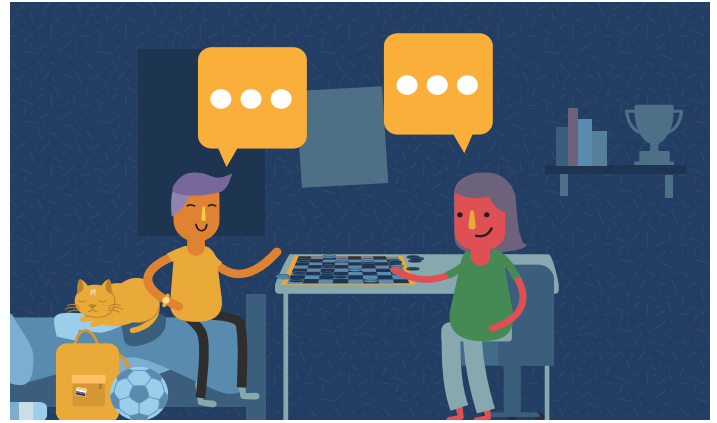
## 3 Ná kaka nuu-ún xí'in na kuáchi se'e-ún

Kuvi kuntie'é-ntó téle. Ná kana-ntó kaka xa'á-ntó iin tóo lo'o. Kuvi ntukú-ún naxa kusíi ini-ún xí'in na válí chi saá kuvi ntakitá'án-ntó. Lo'o va xa'mi á xí'i na kuáchi tá tótóo ntakitá'án-na xí'in nána táta-na.



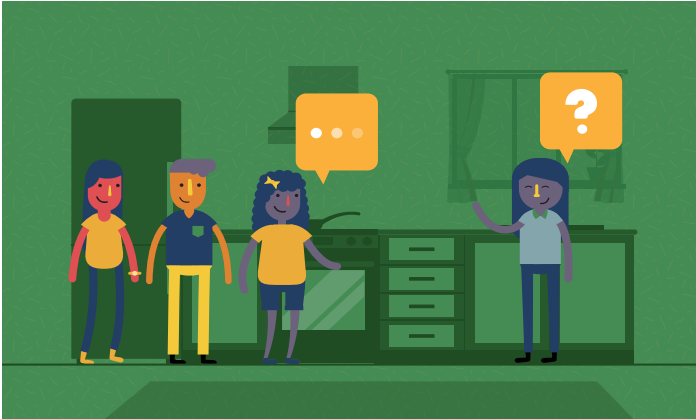
# Ná káxín ka'an-ún xí'in-na xa'á ña'a kúnj-ún xí'in-na

Xiniñú'u-na kuntaja ini-na naxa kaka-na ichí va'a ra nachun  
kókúnj-ún ka'mi-na. Tá kuntaja ini na kuáchi se'e-ún  
ña kuáchi kúú ña ka'mi ra naxa sánto'o-ún-na tu  
kókántixa-na ra kantixa-na tu'un-ún.



# 5 Ná ntakatú'un-ún xí'in-na ntáa ku'un-na ra yoo kúú-na kaka-na xí'in

Ná kunj-ún yoo kúú na xíka xí'in na kuáchi se'e-ún ra ntáa nuú  
xíka-na ra saá kvi kuntaja ini na kuáchi ña ntí'i ini-ún xa'á-na.



# 6 Ná kaka-ún ichí va'a

Tá kúú nána táta na válí ra saá kuku-na. Tu xá'mi na chée ra  
ka'mi na válí. Ná ka'mi-ún nuú na kuáchi se'e-ún. Ná kuntaja ini  
na kuáchi ña kókúnj-ún ka'mi-na yuky.



## NÁ KUTU'VA-ÚN:

- 1 Yó'o íyo tu'un ntíchi ña ná kutu'va nána táta na válí xí'in iinka na chée naxa ka'an-na xí'in na kuáchi xa'á nachun v'a kúú ña ka'mi yuky ra ná kutu'va-na ña va'a. Kvi ka'vi-ún tutu internet yó'o xa'á-ña **StartTalkingNow.org**.
- 2 Átu na kuáchi se'e-ún kúnj-na ka'an-na xí'in iinka na kuáchi ra va'a saá chí íyo na kuáchi na saku'a-na naxa chintieé-na xí'in iinka na yuví ra kvi ntatú'un-na xí'in na se'e-ún. Ná taxi-ún ka'an na kuáchi se'e-ún xí'in-na ra iinka kvi tíaa-na mensaje xí'in-na **1-866-TEENLINK (833-6546)**.
- 3 Tu kántixa-ún ña xá'mi á xí'i na kuáchi se'e-ún ra ná ka'an-ún xí'in na vetatán nuú xa'an-na á iinka ná ka'an-ún xí'in na ve'e **Washington Recovery Help Line xí'in número 1-866-789-1511**.

**Ná kuntaja ini-ún ña yó'o: yó'o kvi sáxínj-ún ini na kuáchi ña ná kaka-na ichí va'a**