

K'usba xu' xij-sut ta snail chanumjun ti li'taj muk'ta jlumaltik chiape(chiapas)





Slikebal a'yej	4
K'ux-elán tij chanumtasbanejetike	4
K'usba chbatik ta snail chanomjun.....	4
K'alal chijk'ot ta snail chanjun	5
Skotol jchanumtasbanejetik.....	5
Jchanjunetik.....	6
Yutil Sanail Chanomjun	6
Skotol jchanumtasbanejetik	6
K'usba chk'aktik ta na'el chi'uk ta tunesel ti abtele.....	7
Jchanjunetik	7
Ti jlumaltike xi'el stsaki ta chamel	8
Xkuxel jlikel o'ontonal.....	8
Skotol jchanumtasbanejetik	9
Jchanjunetik	9
Snail k'usi ta xich' lajesel.	9
Jchanjunetik.	9
Buchú cha'k'ik ti ve'lile	10
Skotol jchanumtasbanejetik	10
K'alal chlo'k'ik no'ox jlikel.....	10
Jchanjunetik ..	10
Chij lok'otik ta snail chanjun.	10
Cuerpo docente	10
Jchanjunetik 23.....	11
K'usba chij bat taj natik 24.....	1



Ta sjoylejal sanil chanomjun	12.
Taj jpoktik skotol	12
K'usba ta jch'ubatik skoyol k'akál chi'uk taj cha'bijbatik sventa COVID 19 yu'un jchanjunetik.	12
K'usba chk'atik ta na'el chi'uk ta tunesel ti abtele.	13
K'usba jtaletik (spokel jk'omtik chi'uk k'usnabal xu'xkil jabatik)	13
K'usba xu'jpok jkomtik	14
Nomik no'ox xu' xkil jabatik ta yutil snail chanomjun.	15
K'usba ta jtunestik ti smak jsatik chi'uk ketik.....	15
K'usba xu' chkáktik ta na'el chi'uk ta tunesel ti abtele.....	16
K'usba xu'tatik koltael sventa chi sutotil ta snail chanomjun.	16
Viktal unitik	17
K'usba xu' xka'ktik koltael	17
Skotol jchanumtasbanejetik	17
Skotol totilme'iletik	17
K'usba xu'jkoltatik ti ololetik ta skoj ti chamel.....	18
Taj sa'betik smelolal ti kuxlejal ta yutil sanil chanomjun sventa mu xi ipaj-o	18
K'usi xu'' spal ti snail chanomjune	19
K'usba xu' chkáktik ta na'el chi'uk ta tunesel ti abtele.	19
Ta snail tsobombaile ja'no'ox mu epuk chij-ochutik yutuk no'ox sk'an.	20
K'usba xu' x-abtejik ti jpasjunetike.	20
Skotol chanumtasbanejetik	21
Mauk jmoj no'ox chk'otik ta chanjun ti unetike.	21
K'usba xu' jpastik sventa muxij-ipaj-o	22



Skotol jchanumtasbanejetik	22
K'usba xu' xkiltik jun jchanjun me ip ta COVID-19 ta sanil chanomjun.	22
K'usba xu' tskelik ti totiletik mi muyuk chamel ta sanil chanomjun	24
K'usba xu' jpastik chi'uk chki'chtik mantal sventa ti COVID-19	24
K'usba chk'aktik ta na'el chi'uk ta tunesel ti abtele.	25
Sventa slo'ilal ti COVID-19 xu'ta ta-el lié	26

Slikebal a'yej

Li bun lí'e ja'las meltsan ti (secretaría de educación del estado de Chiapas; chi'uk li secretaría de protección civil del estado de chiapas), taj moj chi'uk programa de naciones unidas para el desarrollo a través de la unidad de riesgos de desastres, ti ku'sba tsk'elik ti abtele "bu snail chanub bun sventa muxij-ipaj-o " li taj muk'tajlumaltik chiapae(chiapas) ja'muk'ta yi'bel chanomjun bu chich'otik ta muk' sventa tajcha'violetik bu muxij tsaki-o ta chamael.

K'usba ta k'elel sventa tsutik-o talel ti vik'tal unitik sventa (preescolar) tij tsombanej chi'uk tij chanumtasbanejetike ja'tsa'beik smeloal k'usba taj cha'bijbatik yu'un COVID 19.

Li'taj cholbetik ya'yejal k'usi tpsasik tij chanumtasbanejetike, jchanjunetike chi'uk taj moj ti totilme'iletike.

1. K'UX-ELAN TIJ CHANUMTASBANEJETIKE

K'usba chbat ta yabtelik chi'uk tsutik ta snaik, sventa mux-ipajik-o tij chanumtasbanejetike, nopjunetik chi'uk totilme'iletik.

K'usba chbatik ta snail chanomjun.

- Xchitom k'ok stukik tij chanumtasbanejetike: spok beik sti' snail k'alal muyuk to'ox ochemike, chi'uk ti bu chi'ch' tijeje, mi laje ta xich' malael jikeluk sventa chtakij-o.

- Bicicleta o motocicleta: taj kusbetik ta poxil li bu taj tsaktike, cji'uk ti smak joltike lek no'ox ta poxtael, ja'no'ox jech ti k'usitik taj stunejtike lek no'ox ta poxtael.
- Ti takin k'ok'etike: mu xu'nopol no'ox xkil jbatik, ja'lek taj jtunestik smak jsatik chi'uk ketik, k'alaluk taj jtsaktik tak'ine taj poxtatik lek tij k'omtike.
- K'alaluk chij jsimaje ta yut tak'in k'ok'etike taj maktik tas te'el jk'omtik, sventa mu ep taj lo'k'extik tij jsimtike, xu' jkustik ta pok' milaje taj jpok k'omtik ta (gel antibacterial).
- Xu' chka'tik ta jun yavil k'aep ti k'usi tajtunestike taj chukbetik sti'il mi laje taj jiptik sventa mu xij ipaj-o.
- Mu xu' xij och ta yut tak'in k'ok' k'alaluk ep no'ox yajbale, mi oy bu nom cha bate ich'aba ta muk cha'biaba, k'usba ja vichoj mantale tuneso ti smak ya sate chi'uk ti smak ketike.
- Muxu' xij k'opoj ba ep ta ve k'alal nom bu chijchabate.

Kalal bu chijxanabe lek no'ox taj tunestik tij smak jsatike, mi chijbat bu oy ep krischanoetike, mustak jbutts betik xoton satik chi'uk ta meyek bu'chú taj taj jk'opontike, chi'uk mustak bu no'ox chijtu'baj, mustak no'ox k'usiuk jtsaktik, ti poxile sk'an no'ox kuchbiluk sventa tajpokitik tij jk'obtike.

K'ALAL CHIJK'OT TA SNAIL CHANJUN

- Ti snail chanjune lek no'ox sk'an k'elel, chi'uk oyuk no'ox sk'an jun sk'elobil mu mu'yuk k'ok'tajbek'taltik (termometro), skan no'ox jun skus koktik k'alal chij-och ta snail chanjun, chi'uk jun yavil k'aep sventa bu taj jiptik k'usi muk'xa taj tunestike.
- Chka'k'tik ta ilel y bu chij ech k'alal chijk'ot ta sanil chanjun.
- Mu yu'ep stsob sbail ep ti totil-me'iletike ta stik snail ti chanomjune, ta jujuntik no'ox me xu' ch-ochik.
- Ta snail chanomjune sk'an anil jutuk chjelavik tij chanjunetike sventa mu ep no'ox stsomsbail, ja'jech tspasik uk tij chanumtasbanejetike.
- Ta snail chanomjune stak no'ox p'isel k'us namakil xu'skil jbatik (1.5 metros) ja jech muyuk no'o nopol xkil jbatik.

- Ti bu chi'ch'chanel june mi jano'ox oy yun lok'ebale stak'ch'akel ta o'lil sventa nomik no'ox xkil jabtik, ja'jech mu anil stsakotik chamel k'ucha'al **chanumtasbanejetik chi'uk jchanjunetik.**

- Ta ak'el ta ilel ta jun muk'ta pok' sventa ti COVID 19.
- Mi oy jchonolajeletik ta sanil chanomjune sk'an albe-el ti mu ep xu'stsom sbaik ja'jech ti nomik no'ox xu'xil sbaik.
- Taj jak'betik tij chajunetik mi oy bu ji ayik ta yan lumetike mi lay yalik ji ayike ju'un mustak oyi-ik ta sanil chanomjun.

SKOTOL JCHANUMTASBANEJETIK.

- K'alaluk chk'otik ta sanil chanomjune, tij chanumtasbanejetike tslokésik bi-il mi laje chak'ik' ta na'el sventa ti chamel COVID 19.
- K'usta taj cha'bijbatik sventa ti chamel talem COVID 19.
- Mi oy jun jchanjun ip jutuk cha'isbae taj xki'k'tiba bu stsom sbaik tij chanumtasbanejetik taj taktik ta ik'el ti stot smeike k'usi xu'spasik.
- Lek no'ox sk'an ch'u'bael ti bu chij abteje.
- Ti bu xchoti-ik tij chanjunetike nomik jutuk xil sbaik chi'uk lek pokbil skan.

JCHANJUNETIK

- Li chanjunetike ta junantik no'ox xu'ch-ochik ta sanil chanomjun chi'uk lek no'ox sk'an poxtael.
- Jujun jchanjunetike chich' ochel smak yeik, mi oy buch'u mu'yuk yu'une, taj kalbetik tij chanumtasbaneje, ta sa'beik junuk, mi muk staike ja'xa sna'tij chanumtasbanej me chkom ta xchanel bun mi mo'oje stak sut ta sna. Ta jujun lumetike ja'ti muj tatik ta anil ti smak ketike ja'xa sna'ik tijchanumtasbanejetik k'usba tspasik.
- Taj jchantik mu no'ox nopol xu'xkil jbatik.
- K'alaluk chk'otik tij jchanjunetik tuk'no'ox chbatik bu xchoti-ike smalaik chk'ot tij chanumtasbaneje.
- Jujun chanjunetike tspokik stukik ti tu xchoti-ike ja no'ox ti chanumtasbanej chalkusba ta pasel.

Yutil Sanail Chanomjun

Skotol jchanumtasbanejetik

- Tij chanumtasbanejetike tuk'no'ox chbatik ti bu ch-abtejike, chi'uk makal no'ox yeik, chi'uk julikeltik stunesik ti xpoxil k'obile (gel antibacterial).
- Talaluk chk'otik ta so'be tij chanumtasbanejetike mustak stakbesba sk'obik, mustak sbuts'be sba xkon satik chi'uk mu xu' skajan sk'obik tas pat chi'iltakil. Nom xu'xil sbaik. (1.5 metros de distancia).
- Ta yorail ti chanjune, lek ta k'ele julikeltik ti jchanjunetike, mu stomsbaij taj moj, mu xu' xch'amunbe sbaik, k'usi stunesik ta yut snail chanomjun, mi oy k'usi tstunik ta komone julikeltik no'ox ta poxtael ta (gel antibacterial).
- Tkotol k'ak'al tij chanjunetike ta xich'ik albe-el k'usba ta stunesik ti smak yeike, k'usba tspok sk'obik, chi'uk k'u snamakil xu' xil sbaik jech-o mux ipajik.
- Xu'jk'eltik taj jkotoltik ti li' taj lumaltik mi mu'yuk buchú ip ta simal, ti buch'u yich'oj xa job cha'vinik sja'bilal sk'an k'elel xi chal ti (secretaria de salud).
- Skotol jchanjunetike mu xu' stunesik sna'ts'ik chi'uk muxu' stunesik (corbata) jech mus taik chamel.

K'usba chk'aktik ta na'el chi'uk ta tunesel ti abtele.

- Stak tijtij ta son chi'uk tak chijkejnotik k'usba xu' jchabisbatik sventa ti chamen taleme (COVID 19).
- Tij chanjunetike stak sbonik k'usba xu' jcha'bijbatik li ta chamel taleme chi'uk k'usba xu' jpok skomtik.
- Ti buch'u ipe stak jcholbetik jun lo'il maxil sventa ti chamel COVID 19 k'usba xu'jcha'bijbatik, chi'uk k'usba xu'cha' vijtik.
- Skotol k'ak'al ta jchantik k'usba ta jpok k'omtik chi'uk k'usba ta jtunestik smak jsatik.
- Ti jchanumtasbanejetike skotol k'ak'al stunesik ti smak yeike chi'uk satike ja' jech tspasik'uk tij chanjunetike.
- Bu chi abtej ta sanil chanjune ta jpoktik skotol k'ak'al sventa mu xi ipaj-o. (COVID 19).



JCHANJUNETIK

- Skotol k'usi stunesik ti jchanjunetike cha'beik no'ox sbi-ik chi'uk lek chpoxtaik.
- Mi oy yixtolik ti jchanjunetike mustak xk'ik ta ch'amunel.
- Ti unitike mustak ep stsomsbail ta tajimol ja no'ox ti toj bik'itiktoe ja ti muk'staojik chanib ja'vile.
- Mux tu'bajik no'ox bu jamal osiltik.
- Mu stak stsak be sba jk'obik ja no'ox jech mustak'smey sbaik, ja'lek me nomik xkil jbatike.
- Mustak jpik jni'tik chi'uk jsatik taj k'omtik ja jech muxi ipaj-o.
- Chkalbetik ti stotik jchanjunetike ta jujun k'ak'ale ak'o yich'ik ochel k'unil bun chi'uk junuk spok'ik ja jech cha'veik sbi-ik sventa mux chay-o.

TI JLUMALTIKE XI'EL STSAKI TA CHAMEL

Slo'ilal k'usi xu' ta jpastik mi oy jchanumtasbanejetik chi'uk jchanjunetik mi oy buch'u xi'el sba x-ipaj.

- Mi oy jchanumtasbanej ech'em x ata job xcha'vinik sja'bilale ti me ip cha'isba jutuke stak xkalbetik ak'o batuk bu chich'poxtael ja tskelik k'ux-elan mi toy ipe xu'xkom ta sna.
- Ti bu chij-abteje stak'makel chi'uk stak'jbontik k'u snamal xu'xkil jbatik (1.5 metros).
- Stak jtunestik smak ketik, smak jsatik chi'uk xu' jtunestik snenal jsatik, mi vik 'it no'ox ti bu chij-abteje, ja'no'ox jech ti nomik xu' xchil jbatike.
- Ti bu chij-abteje oyuk no'ox ep jo' chi'uk xapon sventa ta jpoktik-o ti k'usi ta jtsaktike.
- Mustak jnoptik ti buch'u oy xa oxvinik sja'bilale.
- Mi oy unetik ipik jutuke ta albe-el stotik ja'sna'ik k'usi xu'spasik ja'nóx jech xtok k'usba xu' tskelik.
- Mustak xij- oyiotik bu no'ox oy ep krixchanoetik.
- Mi oy juj olol ip ji vok'e ta albe-el ti stot-sme'ik k'usba xu'staik koltael.
- Ti crixchanoetik k'alaluk stsom sbaik skan me ep ti xilaetik chi'uk nomik ta ak'el sventa bu mu nopol xil sbaike ja'jech mux ipajik-o.

- Oyuk no'ox ti poxiletike sventa taj poktik-o ti k'usi ta jtsaktike.
- Ti slo'ilal ti chamele taj kotoltik oy, ja'no'ox stak' jk'eltik ta junantal k'usba taj cha'bijbatik.
- S'kan no'ox ti muj jchantik sto'k'el ti cha'ile.

XKUXEL JLIKEL O'ONTONAL

- K'alaluk taj skuxtik jlikeluke taj junantik chi jlok chi'uk muyuk, toj ep taj tsom jbatik ma'uk no'ox moj yorail taj jchantik jun.
- Tij chanjunetike muxu' xtajinik ta jmoj no'ox jech k'ucha'al tajimol ta, taj tsaktik pelota ta jk'omtik chi'ik ta koktik ja jech mu no'ox nopol xkil jbatik.
- Ti k'usi bonbilik talel yak'oj talel ti mukta ajbalile sventa slo'ilalti chamel k'usba xu' jcha'bijbatik, ta COVID 19 ti sloilale te taj tatik ta <http://coronavirus.gob.mx/>.
- K'alaluk chi jlok ta xkusel jlikele ta junantik s'kan xlo'k'otik ja' jech mu no'ox ep ta jtsomjbatik, ta jun k'ak'ale ep no'ox velta oy xkuxel ja' jech tij chanjunetike yu'un mustak taj moj chlok stekelik.
- Ta jk'eltik ti bu bonbilike sventa bu ja'no'ox te chij-abtejotik.
- Ti bu chij-xanabe mustak jal te chij-ba'iotik.
- Mi mustak xij lok ta xkuxel k'alaluk yakal jo'e ja' no'ox sk'an jamel li ti'naetike ja jech ch-och lekil ik.

Skotol jchanumtasbanejetik

- Ti jun chanumtasbaneje ts'kel ti jchanunjenetike ta yorail xkuxele mo no'ox stsomsbaik ep.
- Skotol ti cjhanumtasbanejetike tsjel sbaik ta xcha'biel ti jchanjunetike ja' jech mux lu'bik sk'elel ta jujun k'ak'al.
- Ta k'elel ti jchanjunetik mi spasik ti yabtelik ta yorail.
- Ti jchanumtasbanejetike mu xu' sbuts'ik moy.

Jchanjunetik

- Ti chanjunetike stak no'ox me xh'un be-ik smantal tij chanumtasbanejetike, ja no'ox me jtunestik ti lum bu albilutik k'alal chi abteje.

- Ti jchanjunetique skotol k'ak'al nomik xu'xil sbaik.
- Mu buyuk no'ox chi jtu'bajotik ja' lek jtunestik jun pok'sventa taj kustik ti ketike.
- Ta jujun jchanjunetike lek chka'betik ti k'usi stunesik sventa mux-ipajik-o.
- Ti jchanjunetike lek no'ox cholol sk'anik sventa mu no'ox ep ch-oyi-ik.

Snail k'usi ta xich' lajesel.

Jchanjunetik.

- Ti totil me'iletike ak'o smak'lanik lek ti xnichnabike.
- Ti unitike ak'o xichba sve'elik ta sanil chanomjun ja'no'ox ti ak'o stsak sbi-ik, ti k'usi chi'ch'ikbae mu xak'ik ta tsakel ta yan jchanjunetik, mi snail chanon jun ch'ak'ti ve'ele ti jchanjunetike lek no'ox nomik xu'xil sbaik. Ja' jech mux-ipajik-o.
- K'usi muxa xtun ku'untik te ta snail chanjune ta jiptik ta yavil k'aep.
- K'alaluk chi jbat ta ve'ele ja'lek mi mu'yuk ep jchanjunetik ta snail ve'ebale ja' jech muxij tsakiotik-o ta chamel.
- Tij chanjunetike muxu'xch'amunbe sbaik setsik, stu'ts'ik chi'uk spo'k'ik.

Buchú cha'k'ik ti ve'lile

- Bu chi'ch'pokel ti ve'lile mustak' k'usiuk no'oj spastik-o te.
- Ti buch'u tspas ve'ile ja'no'ox yabtel mustak k'usi yan stak stsak k'ucha'al tsjejtave spok uni olol. Ja jech muxij ipaj-o.
- Ti snail ve'liletike sk'an poxtavil lek ta jjun k'aká ta som chi' uk ta bat ora.
- Ti buch'u xcha'viov ti snail ve'lile ja'lame lek smakoj ye, stunes smak satil chi'uk smak skob, sventa bu mujtatik chamen.

Skotol jchanumtasbanejetik

- Xu' ba stsakik ti jlo'bajel k'alaluk mu'yuk ep jchanjunetik.
- Ta jelbatik ti sk'elel ti abtele, chi'uk oyuk no'ox yorail sventa ba jtsaktik k'usi taj lajestike.

K'alal chlo'k'ik no'ox jlikel.

Jchanjunetik

K'alaluk chbatik ta panaijel ti jchanjunetike, li jchanumtasbanejetike lek no'ox tsk'elik mi tspok sk'obik k'uch'al chal ti secretaria de salud. K'alaluk chlok'ik chi'uk ch-ochik ta snail chanjun ja stunesik gel antibacterial 70 % de alcohol.

Chij lok'otik ta snail chanjun.

- Lek no'ox pokbil ti bu chijelabotike.
- K'alaluk ba yik'ikta snich'nabik ti totilme'iletike mustak'stsombaik ep.
- Chich'albe-el ti totilme'iletike nomik xu'xil sbaik.

Cuerpo docente

Skotol jchanumtasbanejetik

- Mi oy jun jchanjun ip jutuk cha'isbae taj xki'k'tiba bu stsom sbaik tij chanumtasbanejetik taj taktik ta ik'el ti stot smeike k'usi xu'spasik.
- Chkalbetikba ti jchanjunetike ti ok'be chich'ik talel smak yeik, gel antibacterial, chi'uk mu no'ox nopol xu'xil sbaik chi'uk yan xchi'iltakik.
- Ti jchanumtasbanejetike ja'tsk'elik batel ti jchanjunetik mi nom xil sbaik chbatike.
- Ti totil me'iletike k'alaluk lajxa yik'ti xnichnavike tuk'no'oxme sk'an xbat ta snaik.
- K'u cha'al jchanumtasbanejetike taj malatik chlok'ik ba skotol ti jchanjunetike.
- K'usba lij k'ote ja'no'ox jech chi sutotik taj natik.

Jchanjunetik

Li chanjunetike ta junantik no'ox xu'ch-ochik ta sanil chanomjun chi'uk lek no'ox Sk'an poxtael.

- Ta stiil snail chanom june mustak jtsombatik ep me lij lok ta chanjune ja'lek tuk'no'ox chijbat ta jnatik.
- Ti jchanjunotike nomik no'ox xu'xkil jbatik.

K'usba hij bat taj natik

Skotol jchanumtasbanejetik chi'uk jchanjunetike k'alaluk chk'otik ta snaik ba'i slok xonobik, tspok sk'obik ta jo' lek no'ox cha'beik xapon, stunesik gel, mi laj sjamik ti sti'snaik slok'esik skotol ti k'usi yich'ojikbatel ta abtel k'u cha'al yavil sta'k'inik,

syaveik, chí'uk xkuchobil sjunik, ja'te cha'k'ík bu ep ch-och ik, ja jech –o ti muyuk no'ox buchú stsak.

- Ba'i no'ox ch-atinik chí'uk tsjelta sk'uik mi laje xu' tspik ti xchi'ilik ta naklej.
- Mi stunesik smak yeike stak xk'ík ta yavil k'aep, oyuk no'ox smak ti bu ta jiptik jk'aeptike mi oy smak eil chib velta stak' tunesel stak'chu'k'el chí'uk lek no'ox ta takintasel.
- Mauk jmoj no'ox ch-oyi-ok ti jk'utik sventa abtel chí'uk taj tunestik ta jujun k'akál.
- Skotol tij chanumtasbanejetike lek no'ox mi xich'ík slo'ilal, sk'oplal ta instituto mexicano de seguro social (IMSS) <http://climss.imss.gob.mx> ti me oy jlimaltik toj xi'el x-ipajike.

2. Ta sjoylejal sanil chanomjun

K'usba xu'jpastik sventa mu xij-ipaj-o ta snail chanomjun.

Oy no'ox chib slo'ilal kúsba ta pasel. 1.- ti pokbil no'ox skotol, 2.- ta jujun ká kále chich' pokel ti nail chanomjun sventa taj cha'bij batik ta COVID 19 chí'uk ti jchanjunetike.

Taj jpoktik skotol

li'e ja me taj jpoktik skotol ti sanil chanomjune ja' jech laj yal ti AEFCM laj yak ta na'el k'usba ta ch'ubal ti bu chij-abtejetike.

- Chib k'ak'al bai sk'an pokel ti sanil chanomjun k'alaluk chij-och ta abtel.
- K'alaluk ta jpoktik ti snail chanomjune ba'i ta jamtik li sti'snaille sventa lek no'ox x-och ik.
- Ta jpoktik li sanil chanomjune, bu chi jabteje, bu ta jtsombatike, chí'uk bu chij k'aepaje, ja'no'ox jech ti bu julikeltik chij-ech'e.
ti bu mustak pokel ta jk'omtike xu' jtunestik ep jo' chí'uk xapon ja jech sak chkom ti sanil chanomjune.
- Skotol k'usi ta jpoktike ja'taj tunestik (hipoclorito de sodio).
- Muxu'jtunestik yan poxiletik mi muk albilotike.

- Mi oy taj kaptik ti poxil k'alaluk tal poktik ti snil chanomjune lek no'ox ta jk'etik sventa muk'usi jpastik.
- Mu xu'k'usi no'ox jkaptik poxiletik (químicos).
- Mi oy k'usi chopol ta túnele ja'lek laj jnak'tik bu mustaik ta tsakel ti unetike, chi'uk muslo'ik ti ts'i'etike, ja'no'ox bu taj nak'tike mu ep xoch xjobal jtetik.
- Buch'u tspokik ti sanil chanomjune mi laj yo'onike lek no'ox tspokik ti sk'obike ta jo'chi'uk xapon. Mi muyuk jo'e lek no'ox stunesik alcohol.

K'usba ta jch'ubatik skoyol k'ak'al chi'uk taj cha'bijbatik sventa COVID 19 yu'un jchanjunetik.

- K'usi ta jpoktike jutuk no'ox yajval sk'an, lek no'ox sk'an jcha'bijbatik buch'utik te'oyike, ja me ta stunesik ti smak eile, k'alaluk muyuk to'ox likemutik ta abtele ba'i ta jpok jk'omtik, mustak jal xu'jk'opon jbatik ta snail ti chanjune, chich'pokel xilaetik, tsa'nebal, chi'uk bu chij- ech'otik sk'an sapel.
- Ba'i no'ox chich' pokel ti snail chanjune k'alaluk muyuk to'ox kotemik ti jchanjunetike.
- Ja'me jech tsnopik ti jchanjunetike k'usba chich' sbaik ta muk' ta jujun k'ak'al sventa k'usba mux-ipajik-o.
- Mi mu'yuk ep jo' ta snail chanomjune sventa spok-o sk'obike xu'no'ox tunesik (limpieza liquida) ti poxile mux-ipajik-o li jchanjunetike, mi oy k'usi las tunesik chi'uk muk'xa chtune stak sjipik ta yabil k'aep.
- K'alaluk taj jkustik chinam takin, ch'ojon tak'in chi'uk xilaetik ch'iktatik jlikeluk bu oy ik sventa xlok ti chamele. skotol no'ox k'usi ak' bil ta ilel ta snail chanjune, k'usba taj spok sk'omtik, taj tunestik smak ketik ja'me jtunel sventa lek no'ox ti snail chanomjune sventa muxi-ipaj-o ja'no'ox jech ti slo'ilal stak taj sa'tik ta <http://www.gob.mx/salud/documentos/covid-19-materiales-de-consulta>
- K'alaluk oy snail chanomjun jun sventa chib veltae chk'otik ti jchanjunetike, tspokik komel ta jujun velta k'alaluk chlaj yo'onik ta chanjune.
- Bu chij-abteje ja'me lek ti ik' chtaj ta te'etike mi ja' ik te no'ox xlok ta sanil chanomjune yu'un muxtun.

K'usba chk'atik ta na'el chi'uk ta tunesel ti abtele

- Chk'aktik ta ilel k'usba xu'xij tajin ta jujuntik sventa mu ep jtsombatik-o.
- Taj k'aktik ta ilel k'usba ta jpoktik ti bu chij-abteje xu'no'ox ta k'ejimol ta jpastik.
- Mi oy junuk jchanjun mu'yuk las lok'es ti smak ye-e lex no'ox chich' junuk smoton.
- Stak spasik yabtelik tij chanjunetik k'ucha'al bu oy junuk satil chi'uk smak ye, jun k'obil bu yakal spokel ta xapon.

3. K'usba jtaleltik (spokel jk'omtik chi'uk k'usnabal xu'xkil jabatik)

K'usba xu'taj pastik li taj kuslejatik li'taj choltik ya'yejal.

- Taj kotoltik ja'no'ox taj tunestik ti bu jamal jutuk chi'uk ti bu oy lekil ik' ch-ech'.
- Ti bu chij-ech' jamalik no'ox ja' jech noxtok ti bu chijtajinotike mu'yuk bu makajtik jech-o muyuk ep taj tsombatik, ti chitom k'ok'etike jamaluk no'ox bu chkomike.

K'usba xu'jpok jkomtik

Ti tajpok sk'omtik jotoltik, kerem, tsebetik, jchanumtasbanejetik chi'uk ti buch'utik tspokik ti snail chanomjune, chkalbetik slo'ilal k'usi xu' spasik.

- 1.- Taj pok jkomtik ba'i chi'uk tsakal mi laj ko'ontik ta ve'el chi'uk me lij bat ta tsa'nebal.
- 2.- Taj pok jk'omtik k'alaluk me li jsimal, chij-ojobaj ja jech noxtok me oy bu-oyitik nopal bu chich' ch'ayel k'aep.
- 3.- Mi laj tsaktik jchonbolometike chi'uk mi oy unin bik'tal chonetik taj natik taj pok jk'omtik.

K'usba xu'jpoktik k'omtike

- 1.- Taj kat'estik lek ti jk'omtike.
- 2.- Chk'ak' betik le xapon.
- 3.- Ta juxtik.
- 4.- Taj nigestik snuk' sk'omtik.
- 5.- Taj nigestik xbach'il jkómtik.
- 6.- Taj nigestij sme' jkómtik.
- 7.- Taj nigestik sts'akab jk'omtik.
- 8.- Tij k'omtike chka'kbetik lek jo'.
- 9.- Mi laje tajtakintastik ta jun pok'.

Skotol k'usi laj kaltik li'e ta pasel ta jtob minute.

- K'alal ik tij jkómtike mustak jpik jsatik, jni'tik, ketik chi'uk sbek'jsatik.
- Mi oy taj jtuntik k'unil pok'etik chi'uk muyuxa taj tuntik chi'bal veltae stak' jiptik ta yavil k'aep mi laje taj spok tij k'ómtike.
- Taj juchantik yavil k'aep mi oy smake ja'te taj tik'tik ti k'aepetike k'ucha'al smak ketik, sna jk'ómtik.
- K'elbil skotol ti jchanumtasbanejetike, snail chanomjun, ve'ebal chi'uk bi chij muyotik skotol k'ak'al.
- Ti jchanumtasbanejetike ja'me tsk'anik chi'uk ti total me'iletike k'usi tstunesik ti jchanjunetike ta snail chanomjun.
- Ti jchanumtasbanejetike lek no'ox me tspokik ti sk'obike, chi'uk snik'ik ja ti nopol no'ox oyik chi'uk jchanjunetike.
- Ti jchanjunetike tsjeltaik me ti sk'uike k'alaluk ch-ik'ube.
- Ti me oy k'uil toj ik'e lek no'ox ta k'ejel ti me muxa xtune lek ta jipel.

Nomik no'ox xu' xkil jabatik ta yutil snail chanomjun.

- Ta snail chanomjune ti xilaetike nomik xu' xil sbaik ja'jech ti chanjunetike mu'yuk nopol chkomik.
- Oy me ti mexa vanko ta chib chib xchoti-ik tij chanjunetike sventa mu nopol no'ox xil sbaik stak xchoti-ik ta sti'il.
- Mi oy mexa bu ep no'ox xchoti-ik to'ox ti jchanjunetike ja'no'ox chib xu'xchoti-ik komel.
- Ti jchanjunetike mu xa'k'ik ta ch'amunel ti k'usi tstunik ta sanil chanomjune jech k'ucha'al te'lapij chi'ik sjunik.
- Ta albe-el ti jchanjunetike mu buyuk no'ox xk'eletik ta sanil chanomjun (ti ch'in ololetike vokol ta k'elel) ti abtele stak'no'ox pasel.
- lek jamal sk'an ti ventanaetike chi'uk ti sti' sanil chanomjune.

K'usba ta jtunestik ti smak jsatik chi'uk ketik.

- Tij chanumtasbanejetike ja'me skotol k'a k'al stunesik ti smak satile chi'uk jchanjunetik, totil me'iletik, yan krixchanoetik, buch'utik chk'otik ta sanil chanomjun.

- Tij jchanjunetike mu xu'slok'esik ti smak yeik chi'uk smak satik k'alal oy jlikel xkuxel, mi oy buch'u ji simaje stak smak ta te'el skob.
- Ja no'ox xu'slok'esik smak satik k'alaluk mi oy k'usi tslajesike.
- Mustak' slok'esbeik smak sat yan xchi'iltaik tij chanjunetike.
- Mustak'tsjelbe sabik smak satik k'ucha'al tij chanjunetik, jchanumtasbanejetik chi'uk ti totil me'iletik.
- Taj jiptik ta yabil k'aep ti smak jatik mi ja'no'ox jun ventat taj tunestik.
 - Mi oy smak jsatik ep no'ox velta taj tunestike stak' jchuk'tik lek tae pal xapon chi'uk skotol k'ak'al taj jpastik jech.
- Tij lumaltik me oy no'ox xi'el sba stsaki ta chopol chamel, ja'no'ox lek ta albe-elik ti ak'o stunesik smak yeik, smak satik, xu'stunesik gel antibacterial chi'uk nomik no'ox stak xil sabik.

K'usba xu' chkáktik ta na'el chi'uk ta tunesel ti abtele.

- Chkalbetik tij chanjunetike nomik xu'xil sbaik stak chijnamajoti k'alaluk taj jxach' jkómtik.
- Ti jchanjunetike xu'sk'elik bo oy lok'oliletik sventa taj cha'bijbatik chi'uk k'usi no'ox lek chi'uk k'usi mu'yuk lek ta pasel.
- T'alaluk yakotik ta spokel ti sanil chanumjune stak jk'ejintatik k'usba xu'jcha'bijbatik seventa COVID-19.

4. Kúsba xu'tatik koltael sventa chi sutotil ta snail chanomjun.

Ta snail chanomjune stak k'elel ti oy jun bun ja'sbi tutotias y habilidades socioemocionales del plan y programa vigente ti ch'inetik chi'uk ti kerem tsebetik, jutuk no'ox tsnopik k'usba chilik ti moletike, k'alaluk taj kalbetik ya'yejal sventa ti COVID-19 tij totil me'iletike chi'uk tij chanumtasbanejetike lek no'ox ta jchapbetik slo'ilal yu'un jech taj koltatik ti chanjunetike sventa mux ipajik-o.

Ti snail chanomjune lek skán koltael ta (unidad de servicios de apoyo a la educación regular (USAER) mi mo'oje stak' jsa'tik buch'u lek sna'xchapel te no'ox taj jlumaltik sventa ti chamel (COVID -19)

- Lek no'ox ta k'elel k'usba stalelik ti jchanjunetik lié ja'no'ox yabtel tij chanumtasbanejetik chi'uk ti totilme'iletik.
- Taj noptik ti toj ep no'ox kúsi yich'ojtael ti chamel.

- Oy ech'em no'ox chi xi'otik sventa mi mu xij ipaj-o chi'uk mi oy buch'u ch-ipaj kermanotik.
- Toj ech' no'ox taj noptik ta joltik xchi'uk mu xa no'ox lek chij-ve'otik.
- Muyuk xa lek chi jvayotik tij nopventike jelem xa.
- Ja xa no'ox taj noptik me xjelabto ti chamele o mi ja'xa chij-laj-oba.
- Toj ech'em no'ox taj noptik sventa ti chamel taleme, ja me toj xi'el mi x-ipaj-o jchinantik.
- Toj ep no'ox tsbuts'ik moy chi'uk chuch'ik pox ja'no'ox ti muj na'tik k'ucha'al jech tspasik ti krischanoetike.
- Ti jchanjunetike jelem xa me jutuk snopvenik sventa ti chamel lok'em talel.

Viktal unitik

- Sjunul k'ak'al ti unetike mu'yuk lek spasik jech no'ox ch-ilin stukik.
- Julikeltik no'ox chalik ti chi'ik jutuk sventa ti chamele ja'snopik k'usi tspasik.
- Ja'no'ox chalik ti k'ux xch'utik chi uk sjolk ja me ti mus na'ik mi melek ja'ti muyuk ayemeik chi'uk jpoxtabanejetike.
- Ti unitike mek'no'ox chanavik ja'no'ox mi laj yilik (peliculae chi'uk mi oy ji ochik ta tajimole) muyuk xa chanavik.
- Muyuk lek chvayik ta k'ak'altik oy no'ox xi'el yu'unik yilel.
- Mus k'anik tajimol chi'uk yan chi'iltakik jech no'ox stukik sk'an c h-oyi-ik.
- Muyuk tstaik lek ta na'el ti chanjune. Mu no'ox xak'beik yo'onal.
- Ti yabtelike julikeltik no'ox tsk'elik, mu xak'ik ta ilel ju'un chi'ik ja'ti me xich'ik utel cha'isbaike.

K'usba xu' xka'ktik koltael

Skotol jchanumtasbanejetik

- K'usba xu' xkaltik mantal yu'un keremutik chi'uk tsebetik sventa covid -19.
- Ti unetike xu'xkalbetik ti lek no'ox oyik mu k'usi tspasik mi oy k'usi chopol cha'i-ike ak'o yalik.
- Chkalbetik ti kerem tsebetike k'ux elan svokolal ti chamel (COVID -19).

- Tij chanjunetike chkalbetin ak'ó abtejikuk sventa COVID-19 ja te tsna'veik-o smelola.
- Chich'albe-el ti totil me'iletike ak'ó yalbe ti xnichnavike k'usba xu' xcha'bisbaik.

Skotol totilme'iletik

- Xu'cha kuxik jlikeluk.
- Stak k'elel k'usi chich'alal ma'uk no'ox sventa COVID-19.
- K'usi chkaltike le' no'ox me jna'betik ya'yegal.
- Taj chapantik k'usba xu' jcha'bijbatik, ja'no'ox lek stak jk'el jbatik k'usi taj jpastik.
- Stak'jk'antik koltael, chu'uk yan krischanoetik mi toj nom oyike stak sa'batik ta ch'ojon tak'in k'alalik moj no'ox jo'ontonale muj tuktik no'ox oyutik.
- Chk'aijba jtuktik k'usba oyutik, mi taj mel ko'ontontik chi'uk chij-ilin no'oxe le'k sk'an jnoptik ti jkuxlejaltik.

K'usba xu'jkoltatik ti ololetik ta skoj ti chamel.

- Ta yutil snaik moj no'ox mi sk'an lek oyik k'usba xu' xkuxi-ik.
- Ti unetikke ja'me ak'ó xchanik ti ach'k'uxlejale, k'usba nopemik chjulavik ta jujun som, xve'ik ta yorail li'e muyuk chjel ja'jech'ó tij xkuxlejlike.
- Tij chanjunetike xu'me spasik yabtelik ta tajimol lo'il ya jech no'ox mu snopik skotol ora ti chamele.
- Ti jchanjunetik buch'u muktikxa-e, chopol uno'ox cha'i-ik, muyuk xame bu chtajinik, chak'otajik k'alal chlaj jo'onik ta chanjun ja'no'ox me chkalbetik ta jujun k'ak'al ti chamel li'e ta xjelav, chij likótik spasel noxtok ti k'inetike.

Taj sa'betik smelolal ti kuxlejal ta yutil sanil chanomjun sventa mu xi ipaj-o

- Ak'ó snaik k'usi xu' xpasik k'alaluk me ji-ipajik ta COVID-19 ja'no'ox ti mu snopik ep ti xchamelike.
- Ak'ó sna'ik bu chbatik ta yich'el poxil k'alaluk me ji-ipajike chi'uk k'usba tstaik koltael yu'un tij poxtavanejetike.
- Lek cha'bitik no'ox tij jkuxlejatike.

- Mu jk'aktik ta venta ti slo'ilal chamel mi oy taj chantikjune le no'ox taj t'ujtik yan lo'il maxil sventa mauk no'ox ta lo'iltatik ti COVID -19.
- Ja'no'ox lek laj cha'vitik li jbek'taltik, jnikestik no'ox chi'uk lek chi jbayotil ep.
- Ti jbe'taltike sk'an nikesel, chi'uk lek no'ox sk'an jkich'tik iketik.
- Ti k'usi taj lajestike lek no'ox t'ujbil sk'an.
- Ja' lek muj ku'chtik pox chi'uk muj jtsaktik ta buts'el moy.
- Lek no'ox stak'pasel yan abte-el sventa muj no'ox jnoptik sventa ti chamel taleme.
- Stak'xij-lo'ilaj chi'uk yan krixchanietik sventa bu no'ox muj tuktik oyutik.

K'usi xu'' spal ti snail chanomjune

- Ti kerem chi'uk tsebetike stak albe-el a'yel k'usba mu chopol snopik sventa ti chamel taleme.
- Ti a'yej yu'un ti jchanjunetike jmoj no'ox sk'an, ja'jech mu'yuk k'ejel cha'isbaik chi'uk k'usba xu' cha'bisbaik.
- Tij ak'a'yejetik yu'un servicio de salud mental skoltaik ti jchanumtasbanejetik sventa mux ipajik-o k'alaluk tsnopik ti chamel taleme.
- Ti a'yej ju'un jchanjunetike sventa salud mental chi'uk k'usba xcha'bisbaik ti jchanumtasbanejetike ja'no'ox jech mi oy yantik buch'utik ch-abtejik ta sanil chanomjun.
- Ti abtel ta pasele ja'sventa jnopventik, k'usba xu' jcha'bijbatik, k'usba xu'lek xkich'tik ik, sventa bu muj noptik chopol ja'no'ox jech ti mustak xij xi'otik ta skoj ti chamel COVID -19.
- Sk'an lek yabtela yu'un ti jchanjunetike sventa k'usba taj cha'bijbatik mi oy buch'u staki ta chamele.
- Ti snail chanomjune sna'ikuk bu chich'ik koltael sventa ti covid-19 k'usba xu'cha'bisbaik.
- Ta k'elbe-el slo'ilal sventa mu xkapij-o joltik te taj tatik ya'yejal ta <http://www.unicef.org/mexico/medida/361/file/consejos%20de%20salud%20menta%20para%20ni%C3%B1as%20y%20ni%C3%B1os.pdf>

K'usba xu' chkáktik ta na'el chi'uk ta tunesel ti abtele. 42

- Taj kalbetik ak'ó sloktaik sventa COVID-19 k'usba ta tunesel smak ketik chi'uk k'usba snamal xu' xkil jabatik.
- Taj kaltik ta lo'il a'yej sventa smantalil ti chamel COVID-19.
- Taj kalbetik ti unetik ak'ó sbonik ti slok'ol COVID-19 chi'uk chkalbetik ti mu xi'ik-o.
- Chka'ibetik slo'ilik tij chanjunetik k'usi snopik sventa ti COVID-19.
- Ti jujun jchanjunetike stak' xka'betik jujun bun bu-oy lok'oliletik sventa k'uelanik ti kriptanoetike ja'no'ox tst'ujik bu lek chilike ja chalbeik smelol k'u yu'un ja' la st'ujik.

5. Ta snail tsobombaile ja'no'ox mu epuk chij-ochutik yutuk no'ox sk'an.

K'usba xu'jpastik k'alaluk chi jsuta ta sanil chanomjun

- K'alaluk chi jsut ta chanjune ta oxvok' taj pasbatik, ti buch'u jpasjunetike, chanumtasbanejetikchi'uk jchanjunetik.
- Ti abtel chlik ta snail chanjune mu'yuk ep chanjunetik chk'otik.
- Tij chanubtasbanejetike chak'ik ta a'yiel k'usba chij-abtejotik ta sanil chanomjun.
- Chka'k' tik ta a'yijel sventa ti chamel COVID-19.
- Jkotoltik ta jchanvetik sk'oplal sventa ti COVID-19 k'usba xu' xkalbetik ti jchanjunetike.
- Ta snail muk'ta jchanumtasbaneje (SEP) ja chalbutik k'alaluk chi ochutik ta chanjune ta jk'el jbatatik ta oxib velta.

Ba'i taj natik: ti totilme'iletike ja' ts'kelik ti xnichnabike, chalbeik ti ak'ó cha'bisbaik sventa mux-ipajik ta COVID-19.

Tsa'kal ta sanil chanomjun: ti sanil chanjune ja mi sk'elik k'usba xu' x-ochik ti chanjunetike, k'us namal xu'xil sbail sventa mux-ipajik-o ta COVID-19.

Ta yoxibal ta yutil snail chanomjun: k'elbil yu'un jchanumtasbanejetik, sjunul k'ak'al tij chanjunetike nomik xil sbaik k'alaluk ch-abtejike.

K'usba xu' x-abtejik ti jpasjunetike.

- Ti bu chij-ochutik sventa juntike sk'an no'ox k'elel mi jun no'ox sti'snail bu chij stak'ch'akel jun bu chij ochutikba chi'uk jotxa-o bu chij lok'.

- Ta sanil spaso'bil junetike sk'an no'ox oyuk ep jo' chi'uk xapon, mi mo'oje oyuk no'ox k'unil bun, ja'jech noxtok oyuk (gel antibacterial).
- Bu jamal osile lek no'ox oy lekil ik.
- Ti me oy chib krischanoetik te ch-abtejik ta sanil pasomjunetike stak'bonel ti bu xu' xchoti-ike (1.5 metros) xu'xil sbaik.
- Ta snail pasobjune sk'an bonel bu xu' chi- jchotiotik ja'me lek ti nomik skil jbatike (1.5 metros).
- Ti bu ch-abtejik ti jpasjunetike lek no'ox jamal sk'an ti sti'snaile ja'jech lek no'ox ch-och lekil ik'.
- Sk'an sa'be-el yabtela buch'u tsk'elotik ja'no'ox jech noxtok taj jk'eltik ti jchanumtasbanejetik k'ux-elan oy sbek'talik.
- Ta jujun xenamae taj ka'itik ta nael, k'ux-elan oyutij ta snail chanomjun, mi yakotik cha'biel jbatik ja'jech noxtok k'usi yakik spasel ti chanumtasbanejetike chi'uk tij chanjunetike, mi oy skotol ti k'usi taj tunestik sventa taj poxtatik-o ti sanil chanonjune chi'uk k'usi to sk'an ku'untik sventa muxij- ipaj.

Skotol chanumtasbanejetik

- Tij chanjunetike jutuk no'ox ch-ochik ta snail chanomjun, ta k'elel k'us muk'ul ti snail chanomjune ja' no'ox ti nomik xu'xil sbaik tij chanjunetike (1.5 metros).
- Ti me oy osil bu jamal no'ox te chi-jtajinotik k'an poxtael juv velta ta k'ak'al, ti me oy snail chanjun chib velta ch-ochik tij chanjunetike ta jujun velta ch-k'otike tspokik komel, chi'uk tsjamik ti'naetik bu lek no'ox ch-ech ik.
- Ja'no'ox jun ti buch'u bask'el tij chanjunetik k'alal chk'otik ta sanil chanobjun.
- Ti jchanjunetike chich'ik jun ach' oraetik sventa k'usba xu' x-abtejik ta snaik.

Mauk jmoj no'ox chk'otik ta chanjun ti unetike.

- Chkalbetik smelolal k'usi k'ak'alil chk'otik tij chanjunetik sventa k'usba tspasik ti yabteliike.
- Lunex chi'uk jme'kulix: ja' buch'u tik sba ja'bil k'otik ta chanjun chib ora xchanikjun.
- Martex chi'uk jvevex: ja' buch'utik xa xchi'bal ja'bil te'oyik chib ora xchanikjun.
- Yernex: ja'buchú tik yoxibal xa ja'bil te'oyike oxib ora xchanikjun.

- Ja'jech chk'otik ta chanjun ti ololetike sventa muk'ep stsomsbaik ta sanil chanomjun.
- K'alaluk chich' kuxelle ep no'ox ta velta sk'an ja'jech mu'yuk ep stsom-sbaik tij chanjunetike.
- Mi ep no'ox oy tij chanjunetike lek no'ox ta cha'kel ta sanil ti chanomjune ja me ti nomik xu'xil- sbike (1.5 metros).

6. K'usba xu' jpastik sventa muxij-ipaj-o

- Mi oy jun jchanjun chi'uk chanumtasbanej ip jutok cha'i sbek'talike ja'lek xu'xkomik ta sanik.
- Mi oy jun sanil chanomjun laj yil oy jun jchanjun ip ta COVID-19 ju'un ti chmak ti chanjunajele.
- Mi oy buch'u ip cha'isba jutuk ta COVID-19 mu stak noptik, li ta snail chanomjune lek no'ox ta k'elel k'usba taj cha'bijbatik, taj tunestik smak jsatik, skotol k'ak'al ja'no'ox ti unitik chi'uk ti moletik sk'an xkalbetik ti mu xi'ike sventa mux- ipajik-o.

Skotol jchanumtasbanejetik

- Mi oy junuk jchanumtasbanej ip jutuk cha'isbae ja'lek ak'o sutuk ba ta sna chi'uk ak'o xbat ta snail poxtabanej bu no'ox nopol xil.
- Mustak moj chi-oyiotik chi'uk ti buch'u ipe chkalbetik ak'o sa' xpoxil.
- Ti muk'ta jtsombaneje chalbe ti xchi'iltak ta abtelale, mi oy buch'u nopoy ji oyi chi'uk o mi laj sk'opon ti buch'u ip ta COVID-19, xu'xbatik ta sanil j-ak poxiletik (servicio de salud) sventa ba yak' sbaik ta k'elel mi muyuk tsakiemik ta chamel.
- Tij chanumtasbanejetike chich' albe-elik yu'un toj xi'eluk xp'ol ti chamele (COVID-19) ti bu chi-abtejetik.
- Ti buch'u ipe mustak'jpukinbetik sk'oplal mi mo'oje toj xi'el snop chopol.
- Ja' no'ox xkalbetik ti buch'u yich'ojotik ta muk sventa sna'o ti k'usi oy.

K'usba xu' xkiltik jun jchanjun me ip ta COVID-19 ta sanil chanomjun.

- Mi oy jun jchanjun ji- ipaje stak´ k´ejel chí´uk ti yan jchanjunetike sventa mux-ipajik skotolik.
- Ta sa´el ti jpoxtabanejtike sventa tsk´elik k´ux-elan.
- Ta jtaktik ta ik´el ti stot sme´ike k´alaluk mi oy jun chanjun me ipe.
- Mi oy buch´u ipe ta sutestikba ta sna chí´uk ak´o batuk ta anil ta sanil jpoxtabanejetik.
- Tij tsombanej yu´un tij chanumtasbanejetike chalme ti oy xa chamele mu´yuk no´ox bu jpukintik ba´i chka´ibetik smelol mi ja´ip- o ti jchanjunaje.
- Ti jtsombaneje yu´un chanumtasbanejetike chal ti oy xa chamele, mu´yuk me buyuk no´ox jpukitik sventa bu chopol cha´i ti buch´u ipe.

Yan noxtok

- Lek no´ox ta jak´el bu ji liktal ti chamele.
- Ti jchanjunetike mu´yuk xa chk´otik ta snail chanomjun yu´un ti chanjunajela ta nom xa no´ox stak, (clase en línea) ju´un me ja ti toj xi´el xij-ipajotik.
- Ta snail chanomjune oyuk no´ox smak jkobtik, smak jsatik, smak ketik, chí´uk oyuk no´ox jun javil k´aep sventa ti chamel COVID-19.
- Oyuk no´ox tak´in k´ok´etik sventa chi-jbato-o ta sanil chanomjun chí´uk chi-sutotik tal taj natik ja´no´ jech chtun k´alaluk chi jbat ta sanil poxiletik, ta stunesik ti buch´utik ip ta COVID-19.
- Ti jchanjunetike chí´uk jchanumtasbanejetike mi oy ji hipajik, skotol k´usi stunike lek ta jipel ta yabil k´aep.
- K´usi chtun ku´untik tajujun k´ak´ale jech k´ucha´al smak jsatike stak spoktik sventa muxij-ipaj-o.
- Mi oy buch´u tsak´bil ta chamel chich´albe-el ti jpoxtabanejetike, ja no´ox jech chkalbetik ti yuts yalale yu´un toj xi´eluk x-epaj ti chamele ja jech mu xu´xkaltik ta yantik mi oy j-ipajele mi mo´oje ti buch´u ipe ja´chopol cha´i.
- Ti me oy buch´u tsak bil ta chamele sk´an makel ti bu´oye ja´ no´ox jech mustak ta tunesel ti k´usitik oy ta yutil snae, ja to me yich´poxtaele xu´ jk´eltik, ja´taj malaltik chanib xcha´vinik yorail jun k´ak´al xkaltik ja´ jech stak ta tunesel ti k´usi stak túnele.

- Lek no'ox ta pokel ti sanil chanomjune chi'uk ti k'usitik laj stsak tij chanjune, taj jmalati vaxakib yoxvinik yoraik k'usba x-ech tij ipajele.
- Ti jchanjune xu'no'ox sutalel ta sanil chanomjun mi albatal tij poxtabanejetike lek no'ox ti sbe'tale ja'jech xtok ti lek no'ox xu'xcha'bisba.
- Mi laj yal ti poxtavanejetik yu ún tsakbil ta chamel ti jchanjunajele, yu'un chich'alel ta komon tij chanjunetike lek no'ox me xu' cha'bisbaik.
- Xu'xkalbetik ti totilme'letike ak'o me skelik ti yalabike k'usba su'cha'visbaik yu'un li ta sanil chanomjune oy xa ji ipak jun jchanjun.
- Stak jkoltatik ti buch'u ji tsaki ta chamele ja'no'ox ti mu xat yo'onton.

7. K'usba xu' tskelik ti totiletik mi muyuk chamel ta sanil chanomjun

- Xu'jk'opon jabatik ta ta ch'ojon tak'in chi'uk ti kermanotike ja ti mustak'nopol no'ox xu' xkiljabtilke.
- Li ta snail chanjune muxu'xk'otik ti totol-me'iletike k'alalik yakik ta chanjun ti xnichnabike.
- Tij tsombanej ju'un tij chanumtasbanejetike chak'ta a'yej k'usba chij- likotik ta abtel sventa ti ach' kux-lejale.
- Ja'me ti totiletike chak'beik mantal ti xnichnavike sventa ti chamel (COVID-19). k'alaluk chlok ta snik chi'uk k'alaluk tsutik batel ta snail chanomjun.
- Ta me jpoktik lek ti snail chanomjune chi'uk totilme'iletik k'alalik ta yox xa oy ti mantale (semáforo verde) ja'jech noxtok ta alel mi oy buch'u tsakiem ta chamele sk'an jkeltik, ja'no'ox jech ti jo'otike laj nojme cha'bijbatik ja'laj tunestik ti smak ketike chi'uk nimik no'ox xu'xkil- jbatik.
- Ti buch'utik ch-abtej ta sanil poxiletike (centro de salud) yakik me skelel k'usba chij sutotik tal ta chanjun mi oy buchú ji tsaki ta chamele ja' sna'ik mi taj maktik ti snail chanjune o mi mo'oj.
- Ti totil me'iletike stak me sjak'ik slo'ila ti sventa chamele ta snail chanomjun.
- Ti totiletike stak me xalbeik ti xnichnavike sventa ti chamel taleme (COVID-19) ja no'ox lek xu'xcholbeik sk'oplal ja jech mu xi'ik-o ti jchanjunejetik.

- K'alaluk tsakbilutik ta chamele xu'jk'antik k'elel, taj jak'tik ba ta ch'ojon tak'in, ya jech tskelotik tij poxtabanejetike, ti snil chanjune stak xak'botik (teléfono, horario y correo de los docentes).

8. K'usba xu' jpastik chi'uk chki'chtik mantal sventa ti COVID-19

Xu'sk'an jpastik.

- Skotol ti jchanumtasbanejetike stak xbatik ta snail poxiletik, ja ba sjak'ik k'ux-elan sbek'talik mi muyuk tsakbilik ta COVID-19. Ja'te taj tatik slo'ilal ta <http://www.imss.gob.mx/covid-19/calculadora-complicaciones>.
- Ti jchanumtasbanejetike stak xbatik ta snil jpoxtabanejetik nopolik no'ox sventa ba yak'sbaik ta ilel mi muyuk bu tsakbilik ta chamel. Te ta IMSS, ISSSTE.
- Ti jchanumtasbanejetike stak xbatik ta snail jpoxtabanejetik sventa ba yak'sbaik ta k'elel ta jujuj u mi muyuk tsakbilil ta chamel.
- ti chanumtasbanejetike xu'no'ox tsnikesik sbek'talik, lajuneb xcha'vinik minuto xu'spaik skotol k'ak'al.
- muxu' xij lok' taj natik ja' lek laj cha'bijbatik mi oy k'usi tsots sk'oplal taj jpastike xu'xij lok' ta jnati.
- ti jtsob jchanumtasbaneje ta snail chanjune tsk'el k'usba ti xchi'iltak ta abtele mi mu'yuk tsakbilik ta chamel ja'jech noxtok sna'ikuk bu chbatil ta anil mi oy ji tsaki-ik ta chamel.
- mi oy jchanumtasbanej chi'jutuk sventa ti chamele ta albe-el ti mu xak'ta ventae ja jech mux ipaj-o.
- mu xu'jna'letik mi oy buch'u tsakbil ta chamel ta COVID-19 sventa mux-ipaj-o ta mas.
- mi oy buch'u tsakbil ta chamele mu no'ox jkejtik mi mo'oje ju'un toj xi'el xch'ak-o sba ta komom.
- buch'u tsakbil ta chamel ta COVID-19. Xu'xkalbetik mantal.
- Ti me oy buch'u tsakbil ta chamele lek no'ox ta k'oponel ja'chkalbetik smelolal ti coronavirus ja'jun chamel talem mu'yuk st'ujoj talel k'usba ti krischanoe, ja'jch'amujel chamel ja'no'ox sk'an jcha'bijbatij taj jkotolaltik sventa mu xij ipaj-o.

- Stak xkalbetik ti buch'u tsakbil ta chamele, oy me krischanoetik ipik ta COVID-19 ti chamel lié chamele toj ech'em xch'amuj lek sk'an jk'el jbatik.
- Ti buch'u ipe lek no'ox ta k'oponel chkalbetik ti oy no'ox bu taj tatik ti mantale sventa k'usba chi- jkol mustak jutik mi mo'oje ep no'ox chopol cha'i tij ipajele.
- Li buch'u tsakbil ta chamele mustak jpukintik me ipe ja'no'ox ti batuk ta snail poxtabanejetik ja jech mu'yuk chopol cha'i.

K'usba chk'aktik ta na'el chi'uk ta tunesel ti abtele.

- Taj jk'eltik k'usi snopik tij chanjunetike, tsk'elik k'u cha'al toj tunel ti taj cha'bijbatike ja' no'ox mu snopik ti muyuk smulilale k'usi taj spastike ju'un ku'untik tuktik.
- Taj jk'eltik k'ux-elan ti jchanjunetike sventa xu'jkoltatik mi oy k'usi spasike.
- Xu'xkalbetik ti jchanjunetike ak'o mu xi'ik ta skoj ti chamele ja'jech taj koltatik ta snopvenik.
- Ta spokel ti snail chanomjune ta jkotoltik xu' jpastik jchanuntasbanejetik chi'uk jchanjunetik ja'jech ch-chanik ti abtel.
- Xu'jk éltik bu nakalik ti jchanjunetike sventa chkalbetik k'usba xu' cha'bijbatik ta COVID-19.
- Ta jaktik k'usi yilojik ti jchanjunetike chi'uk k'usi tsnopik sventa mu stsakotik ti chamele (COVID-19).
- Taj tunestik li tajimole ju'un ja' tsk'anik ti ch'in ololetik ta preescolar chi'uk ta primaria.
- Lek no'ox chk'aktik ti a'yej sventa ti chamele sventa mu snopik chopol ti jlumaltike.

Sventa slo'ilal ti COVID-19 xu'ta ta-el lié

Ti muk'ta ajvalile chak'ta a'yié ti sventa chamel taj tatik ta

<https://coronavirus.gob.mx/>

Sventa bu chkich'tik-o mantal sventa COVID-19 stak jsa'tik ta

<https://climss.imss.gob.mx/index.php>

Sventa bu taj tatik sbunal yak'oj ti mukta ajbalile xu' sa'tik ta

<https://www.gob.mx/salud/documentos/covid-19-materiales-de-consulta>

Sventa bu taj na'ti k'ux-elanutik xu'sa'ti ta



<https://www.imss.gob.mx/covid-19/calculadora-complicaciones>

K'usi xu' xij abtej-o ja'chak' UNICEF

[Educacion-acelerada-como-respuesta-al-COVID-19.pdf\(unicef.org\)](#)

Orientación para los docentes y recursos digitales para la educación a distancia
UNICEF

Plan 12- Aprender para transformar UNICEF