

Preparamos el Plan de Emergencia con mi Familia
Nik qu b'an qutche' tuch' in nitxa'a ti eche' va'q ye' taqla la yab'il



¿A dónde ir?
 ¿Tal la b'enko' ?



¿Cómo ir?
 ¿Kamla' quib'e qu b'ena' ?



¿Cuánto dinero tenemos listo?
 ¿Jat va'l qu puaq b'anel tu'che' ? Q



¿Cómo ayuda la Comisión de Salud?
 ¿Kam lotchb'al ni b'an inq'a iqatzin tetz qu tz'akale' ?



¿Quién me acompaña?
 ¿Jab'il la' tch'uyatch' s vi' ?



¿Quién cuida mi casa e hijos?
 ¿Jab'il la' xeen vortzotz tuch' in nitxa'a ?



¿Qué debo llevar?
 ¿Kam la' motx viq'o' ?



¿Qué debo llevar?
 ¿Kam kamil la' viq'o' ?



¿Quién es el responsable?
 ¿Jab'il la' b'anon i q'esalil' ?

Mi familia y yo sabemos que estoy en peligro y buscamos ayuda cuando:
In tuch' in nitxa'a qootzaqle uva' atin ti tza'lal tul nik qu tchok lotchb'al



Tengo sangrado vaginal
 Tchaqpiy in txaq'oj



Tengo dolor de cabeza Ni
 tcho'n in vi'



Tengo calentura
 At xamal s vi'



Tengo dolor del estomago
 Ni tcho'n vuul



Tengo hemorragia
 después del parto
 Atel vin txaq'o ti uva' kat varasine'

Nuestro recién nacido está en peligro y buscamos ayuda cuando:
U tal qune' at ti tza'lal tul nik qu tchok lotchb'al oq eche:



Le cuesta respirar
 Karoxh ni xevane'



Es muy chiquito
 Tch'oxh vatz qu nè, tan ye' tzèqel tich'il



Está muy frío
 Oqxh i tch'it ch'iale



Está morado
 Tcha'x xhtu'



No quiere mamar
 Ye isa' tch'u'

Nuestro niño o niña está en peligro y buscamos ayuda cuando:
In q'a qu ni txa'a oq at ti tza'lal tul nik qu tchok lotchb'al oq eche':



No puede mamar o tomar liquido
 Ye' ni tx'ol itch'u' une' atz tuk'at a'



Vomita todo
 Kaqay kam ni xa'va



Tiene ataques
 Tira ni tze'qxe'



Se desmaya
 Atz oq nikuxh inumtz'e'

Maternidad saludable, familia feliz