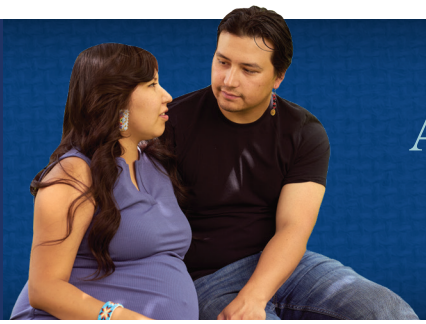

Ajíists'ąągo dóó Tsxíįłgo Áhodooníił

binahjį' be'iina' yee yistádoogáál.

Haash Yit'éego Éí Adíílwoł?

Amá éí náásgó bee da'iiná. Biniinaago amá yilts'ąągo dóó ashchį́dó bi'diił'áhíí wólts'ąągo dóó hazhó'ó éí baa áháyąągo bits'íístah yá'áhoot'éeh dooleeł.

- Oots'ąągo ts'ídá agháago baa ákohwiindzin dooleełíí bóhooł'aah.
- Bi'diił'áhíí bá yíísníłts'ąą'.
- Azee' ál'ı́ı́go dinááhgo ni'diníl'ı́ bididíníił. Díí łahgo doo biił ákót'éego be'azéé' íił'ı́ní yich'ı' hodoolnih. Díí yilts'ąągo t'áá tsxı́ı́łgo azee' ál'ı́ı́go doogáałgo bá baa ákohwiindzin dooleeł. Íishjąą díí k'ad yiltsxą́ éí doodago nááhaidóó kóshdéé' yiltsą́ą nít'ee' níigo yee ádaa hodoolnih.
- Azee' ál'ı́ı́go ákǫǫ́ biił dish'aah bididíníı́łł dóó łahdó bá na'ídíłkid dooleel.
- Łahdó bá baa ákonínízingo dóó biká anánílwo'go ats'íís yik'ideez'ı́'íí yich'ı' yáłti' dooleeł.
- Łahdó t'áá nábidíníl'ı́ı́h bik'eh bíká anánílwo' dooleeł.

T'áá Tsxı́ı́łgo Asdzání Bee Baa Ákohwiindzinii

Díí ła' asdzání yiltsxąągo éí doodago nááhaidóó kóshdéé' yiltsąągo éí kwe'é daasdzohíí t'áá tsxı́ı́łgo azee' ál'ı́ı́di bidí'nǫǫ́l'ı́ı́ł.

- T'áá yéigo atsiits'iin dinı́ı́h doo ni' ánééhgó éí doodago t'óó yówohdi áániiłgo
- Íł nahoniyilgo éí doodago hwił ch'aa náhádleehgo
- Díí t'áá hait'éego t'áá bí átí'á'didoolnı́ı́łgo éí doodago awéé' at ídeeshłíił nízingo
- Oo'ı́nii łahgo ádzaago
- Ats'íístah honiigááh 100.4º éí doodago hódahgo na'ałkidgo
- T'áá yéigo bíla' éí doodago binii' bitah nahonichaadgo
- Nídídzihíí bich'ı' nahwiiłnáago
- Bijéízts'iin góne' dinı́ı́hgo éí doodago bijéí tsxı́ı́łgo dah nídiilwo'go
- T'áá yéigo jizkwigo dóó níjíkwigo Ínidi abínígo jiskwi łehígíí éí ndiga'Ó
- T'áá yéigo habid diniihíí doo ni' ánééhgó
- Jooltsxąągo hatsxąądi awéé' doo nahanáada silı́ı́go éí doodago naha'ná'ęę ni' ááníiłgo
- Jooltsxąągo hajááshgiizhdéé' diłgo éí doodago tógo háálı́ı́go
- Jooltsxąągo t'áá yéigo hajááshgiizhdéé' dił háálı́ı́go éí doodago tógo háálı́nii niłchxongo
- Hajáád ninichaadgo, łichxíigo, éí doodago dinı́ı́hgo
- T'áá yéigo ch'ééh jidideeyáago

Díí kwe'é daasdzohíí éí doo ałtsxo asdzání yiltsą́nii baa nídaat'ı́ı́ da. Ła' t'áá yéigo ba'át'e' dahólónii binahjı́' bínááhwiideesh'ááł nínízingo kwe'e díníił'ı́ı́ł **cdc.gov/HearHer/AIAN**

Yáłti'go Yíísníłts'ąą'

Díí ootsąago bits'ąądéé' ihodíílt'éhíí éí níléí azhchı́ı́ dóó ła' nááhai jı' bee ach'ı' anáhwiit'ééh. Díí ayóó' ínínínii la' kwe'e díí doo shił ákót'ée da níig o, łahdó bíká anánílwo'go baa áháyą́ dóó yína'ídíłkidíí yee nihił dahalne' dooleeł. Díí nitsohodínídéelgo tsxı́ı́łgo azee' ál'ı́ı́go biił díí'ash. Díí kwe'e é saad dabiká'íí éí binahjı́' baa yá'áti' dooleeł:

T'ah Nidi Yiltsąągo

- Díí ha'át'ííshı́ı́ t'áá ákódaat'ée dooleełíí éí doo ałtsxǫ bee ééhozin da. Íishjąą baa nanítáa dooleeł ha'át'ííshı́ı́ bąąh níne'go.
- Íishjąą ni'diił'áhíí ne'azee' íił'ı́ní bee biił ałhił hólne' dooleeł dóó t'áá ákódaat'éhíí hazhó'ó nił bééhózin dooleeł.
- Shí éí kwe'é ná honishłǫ́. Iishjąą ats'íís yik'i dadéez'ı́'íí ła' biił ałhił nahodiilnih dóó nizhónígo naa áháyąą dooleeł.

Azhch'ı́ı́dó Bikéédéé'

- Ajiłchííhdó t'áá ahąąh ch'ééh jideyáa łeh dóó hatah hodinı́ı́h łeh, ndi t'áá ni éí nits'íís éí baa ákonízin. Ha'át'ííshı́ı́ ni'diił'áago éí, ne'azee' íił'ı́ní biił ałhił hodíílnih.
- Ne'awéé' yizhchínii éí t'áá ahąąh baa ákozhnízin dóó baa áháyąądo, ndi t'áá nisínízíníigi ałdó' ádaa áhólyąą dooleeł.
- Ndi doo éí t'áá sáhí da. Níísísts'ąągo át'é. Ats'íístah yaa ádahalyánii naa áhólyąą dooleełíí ła' bich'ı' hadiidzih.

HEAR® YAA NITSÍKEESÍÍ YÍÍSÍNÍLTS'ĄĄ'

Nááná łahgo shíká anáádoolwoł nínízingo éí, t'áadoo bich'ı' ni'níĺı́ní ła' bína' ídíílkiłgo níká a'doowoł.
Díí CDC's Yíísníłts'ąą' ła' hózhǫ́ shił bééná́ahódzin dooleeł nínízingo éí kwe'é
www.cdc.gov/HearHer/AIAN

DEPARTMENT OF HEALTH & HUMAN SERVICES · USA

OMH U.S. Department of Health and Human Services Office of Minority Health

CDC Centers for Disease Control and Prevention