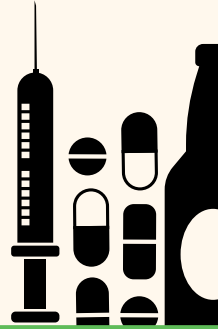


Nekkal ci kaarange booy jëfandikoo dorog wala sàngara ci jamonoy tàngoore wii di ñew

Jëfandikoo sàngara ak yeneen xeetu dorog yi ci jamonoy tàngoore wu tar mën na tax sa yaram ñàkk ndox, feebari tàngoore, gaañ-gaañu, loru ci sàngara, doos bu ëpp, wala nga ñàkk ci sa bakaan.



Aaral sa bopp ci jamonoy tàngoore bii di ñew ci boo toppee jeego yu am solo yii:



Bul bàyyi sa yaram muy neew am ndox.

Deel naan saa su nekk, doonte maruloo, rawatina booy ñaaq lu bari.



Na ngay serlu.

Demal ci barab bu am kilim. Deel seral sa yaram ak sarbet bu tooy wala musoor bu tooy.



Aaral sa yaram.

Jëfandikool diw bu lay àar ci naaj ak diwu tuñ. Solal mbaxana ak yéere yu yaatu te woyof te am melo yu leer.



Na ngay jokkoo.

Na kenn koo woolu xam fooy nek. Na ñuy am say xibaar saa sune.

Na nga waajal temm ngir bu lu jump xewee.

- Bu fekkee dafa am ku am jump-jump ci wàllu paj (lumel ni ku jël lu ëpp ci dorog walaku am karjaak), wala mu nekk ci lorange bu jege, wala mu mëna gaañ boppam wala gaañ ñeneen, wooteel ci **911**.
- Bu fekkee dafa am ku am tawatu xel dikkal, wooteel ci **988** wala nga bindante mesaas yu gàtt ci **nyc.gov/988**.

Booy naan sàngara:



- Na nga tènku ci ab limu kaas boo wara naan.
- Deel sooreel kaas yi looy gën di dem.
- Deel naan lu amul sàngara, lu mel ni ndox, ci diggante naan sàngara yi.
- Deel lekk ba noppi.
- Maytul di ko jaxase ak dorog.

- Deel yor saasu nekk naloxone, muy ab garab bu mēna dēpp dorogu opioid bu ēpp.
- Na ngay jēfandikoo ak yeneen nit te di ko ay-ayloo.
- Na nga def ndànk te di jël lu tuuti.
- Moytul di jēfandikoo ci naaj wala ci woto bu ñu taxawal.
- Moytul di jaxase dorog ak sàngara wala di jaxase xeetu dorog yu bokkul.
- Demal ci barabu saytukaayu dorog wala nga jēfandikoo jumptukaayu saytu dorog yuñuy lēmēs ngir wóoral ni xam nga lu nekk ci say dorog.

Boo fekke da ngay jēfandikoo dorog:



Ngir am ndimbal lu jēm ci wérgi-yaramu xel ak jēfandikoo sineebar, bes bu nekk, waxtu wu nekk, te doo fay dara wooteel wala nga bind bataaxal ci **988** wala nga bind mesaas ci **nyc.gov/988**.

Ngir am xibaar yu gēna yaatu, yéral **nyc.gov/alcoholanddrugs**.



Ngir am xibaar yu gēna yaatu ci wàllu kaarange ak wergiyaram ci dēkku taaxu New York City, yéral **nyc.gov/healthysummer** wala nga eskane kot QR bi.