



COVID-19 info for Indigenous Children & Youth

English	Spanish	Kaqchikel
What does COVID-19 mean for our community?	¿Qué significa la COVID-19 para nuestra comunidad?	¿Achike k'a nuq'ajuj ri COVID-19 chi re taq qatinamit?
Coronavirus (or COVID-19) is a new, tiny virus	El Coronavirus (o COVID-19) es un nuevo y diminuto virus	Ri Coronavirus (COVID-19) jun k'ak'a' chuqa' ti nitz' ok ti ruch'akulal yab'il
It travels on small drops of water	Viaja a través de pequeñas gotas de agua.	Nukiraj ri' pa nitz' taq rutz'ujal ya'
COVID-19 can make people very sick, usually with a cough and fever	COVID-19 puede hacer que las personas enfermen mucho, teniendo generalmente tos y fiebre.	Ri COVID-19 ntik'ir nub'an chi ri winäq kan yalan yeyawäj qa, jub'ama konojel nuya' k'atän chuqa' ojöb' chi ke.
Cells in our body fight coronavirus, but sometimes people need help from doctors and medicine	Las células de nuestro cuerpo luchan contra el coronavirus, pero a veces se necesita ayuda por parte de los médicos.	Toq nok ri yab'il pa qach'akul, ronojel qach'akul nuto' ri' chi rij ri yab'il richin nuch'äk, k'o b'ey re', nrajo' chi jun aq'omanel nuto' qach'akul richin nuch'äk ri yab'il.
Coronavirus spreads through coughs and sneezes. It can also hide on the objects we touch	El coronavirus se propaga a través de la tos y los estornudos. También puede quedarse en los objetos que tocamos.	Ri coronavirus nukiraj ri' pa rojöb' chuqa' pa rat'ixem jun yawa' winäq. Ri coronavirus chuqa' nk'oje' kan pa ri wachinäq nuchäp jun yawa' winäq.
The best way to stop coronavirus from spreading is for people to stand six feet apart.	La mejor manera de detener la propagación del coronavirus es que se mantenga una distancia de dos metros entre las personas.	Ri k'o chi nqab'an richin nqaq'ät rukiraxik ri Coronavirus, k'o chi nqaya' kan ka'i' n'im xak qakojol kik'in ri ch'aqa' chik winäq.
What does COVID-19 mean for Indigenous Nations?	¿Qué significa la COVID-19 para las Naciones Indígenas?	¿Achike nuq'ajuj ri COVID-19 chi ke ri taq qatinamit?
Many Indigenous nations are very worried about coronavirus.	Muchas naciones indígenas están muy preocupadas por el coronavirus.	K'iy chi ke ri taq qatinamit kixib'in ki' ruma ri coronavirus.
Because older people are more likely to get the virus, elders are especially at risk. It is important to stop coronavirus in order to protect our traditions and our leaders.	Debido a que las personas mayores son más propensas a contraer el virus, es la población que está en especial riesgo. Es importante detener el coronavirus para proteger nuestras tradiciones y nuestros líderes.	Ruma ja ri nimawinäq kan cha'anin nkik'ül ri coronavirus, ja rije' ri kan k'o chi ützyechajix. Kan k'o chi nqaya' ronojel quchuq'a' richin nqaq'ät ri coronavirus richin nqachajij qab'anob'al chuqa' yeqachajij ri n'im kiq'ij winäq pa taq qatinamit.
What can we do to help?	¿Qué podemos hacer para ayudar?	¿Achike k'o chi nqab'an richin yojto'on chi ruwäch ri coronavirus?



COVID-19 info for Indigenous Children & Youth

Keep your hands clean. Use soap and clean water if they are available.	Mantén tus manos limpias. Usa jabón y agua limpia cuando sea posible.	Jantape' tach'ajla' aq'a'. Toq yatikir, kan tawokisaj xab'on chuqa' lo'x ya' richin nach'aj aq'a'.
Cover your coughs and sneezes. Use your elbow or a tissue whenever possible.	Cúbrete la tos y los estornudos. Usa tu codo o un pañuelo siempre que sea posible.	Tatz'apij achi' chuqa' atza'm toq yatojob'är chuqa' toq yatat'ixem. Jantape' tawokisaj rupam atz'ik richin natz'apij achi'; ützt chuqa' nawokisaj jun peraj tzyäq richin natz'apij achi'.
Eat healthy, drink water, and get plenty of sleep to help keep your body healthy.	Come sano, bebe agua y duerme mucho para mantener un cuerpo sano.	Kan tatija' ronojel ri ützt nub'an chi re ach'akul, jantape' taqumu' k'iy ya' chuqa' ützt katuxlan richin kan ützt nana' awi' chuqa' ützt xtik'oje' ach'akul.
Practice social distancing, by celebrating traditions and spending time with family virtually or from afar. Listen to your elders for guidance and advice	Respeto el distanciamiento social, celebrando tradiciones y pasando tiempo con la familia de forma virtual o a distancia. Escucha a tus mayores para que te guíen y te aconsejen.	Jantape' taya' kan akojol kik'in ri ch'aqa' chik winäq, kanimaq'ijun pa kojolil pan awach'alal chuqa' pan atinamit. Kan taya' axikin chi re kitzij ri nimawinäq richin yab'e pan ützt b'ey chuqa' richin nkiya' ana'oj pan ak'aslem.
Our community has lived for over 1000 years! We are going to be okay.	¡Nuestra comunidad ha vivido por más de 1000 años! Vamos a estar bien.	Pa taq qatinamit eqaq'axan pe k'iy taq k'ayewal pa k'iy taq juna'. Junam eqal xkojel el chi ruwäch re k'ayewal re'.