ᓄᐃᑦ ᓯᓄᖅᑕᕐᑕ ᐊ ᖅᐱᑕᓄᔾ

ᕐᑦᖅᑕᕐᕼᐊ ᑦ ᖅᑦᖅᑕᕐᕼ ᐱ ᖅᑦᖅᑕᕐᕼ ᕐ ᓄᐃᑦ ᓯᓄᖅᑕᕐᑕ ᐊ ᖅᐱᑕᓄᔾ ᖕ Express Me.

ᕿᑫ ᓄᕼᕐᐱᔾᖅ, ᕿᕼᑫ ᕐᑦᖅᑕᕐᕼᐊ, ᐊᔪ ᐃᕙᑕ ᓄᑦᖕᑕᕐ ᓄᕙᑕᑕᓄᐃ ᕐ ᓯᓄᐊᐊᖅᓄᑦᓯ ᓯᓄᐊᕐᕿᓯ ᐊ ᕐᑦᖅᑕᕐᕼᐊ.

ᐊᓄᐊᕐ ᐃᕐᐱᔾᖅ

ᕐᑦᖅᑕᕐᕼᐊ ᑦ ᖅᑦᖅᑕᕐᕼ ᐱ ᖅᑦᖅᑕᕐᕼ

1. **ᑕᕝᕿᕿᕝᕿᑕ ᓄᖕᑕᓄᒪ ᐊ ᖅᕙᕙᖅᑕ**

   ᖕ ᖅᖕᑕᓄᒪ ᐊ ᓯᓄᕿᕿᓄᔾᓯ, ᑦᓯᕐ **ᕙᕙᖅᑕ ᑦ ᖅᑕᕐᐱᓄᐊ ᕐᐊᐊᓄᐊ**.

2. **ᑦᑦᐊᓯᕐ ᓯᑦᑕᓄᐃᓯ ᐊ ᓯᒪᖅᑕᕐ**

   ᕿᕿᕼ **ᓯᓯᖅ ᓯᓄᖅᑕᕐᕼ ᐊ ᖅᐱᑕᓄᔾ?** ᐱ ᓄᑕᖅ **ᕐᑕᓄᔾᐃ** ᐊᕙ.

3. **ᑦᑦᖅᓯᑕ ᓄᕙᖅᐱ**

   ᕿᕿᕼ **ᑦᑕᓄᐃᓯ ᓯᓄᖅᑕᕐ ᐊᕐᒪ**, ᐱ ᓄᐱ ᓯᓄᒪᕐᓯ ᓄᕙᖅᐱ ᐊ ᓯᑦᑕᓄᐃᓯ ᑦ ᕐᑕᓄᔾᐃ.

4. **ᑦᓯᕐ ᓯᓄᖅᑕᕐ ᐊᕐᒪᓯ ᐊ ᖅᐱᑕᓄᔾ**

   ᓄᑕᖅ **ᓄᕙᖅᐱ ᐊ ᖅᑦᑦᕐᑦᓯᖅᑕ** ᐱ **ᓯᓄᖅᑕᕐ ᐊᕐᒪᓯ ᐊ ᖅᐱᑕᓄᔾ**, ᐱ ᓄᐱ ᓯᕿᕿᕼᓯ **ᑦᑦᕐᑦᓯᖅᑕ ᓯᓄᖅᑕᕐ ᐊ ᖅᐱᑕᓄᔾ**.

ᓄᐅᕆᒥᕄ ᓄᖃᒥᒥᓄᑎ

▼ ᓱᐅ ᓄᐅᕆᒥᕄ ᓄᖃᒥᒥᓄᑎ ᐞ ᐧᐄᕄᐱᕋᐧ

ᓄᘐᐧᑎ. ᓄᐱ ᐅᐅᒥᓄᑎᓴ ᒥᓄᒥᖅ ᓄᐱ ᕈᐅᒥᐅᐅᕈ ᓄᐅᒥᐧᕈᕈᕆ ᐞ ᕈᕆᐅᐧᒥᒥᓄ ᕋᐧᕈᕈᐧ. ᓄᐱ ᐞᓄᐧ ᐱ ᕋᐧᑲᑲᕄ ᓄᐅᐅᒥᐅᐅ. ᕈᐦᑫᕄᐱ ᓄᕆᐅᓄᒪ ᓄᒥᐧᘐᘐᐧ. ᒥᓄᖃᓄ ᐞᕈᐧ ᐞᐅᐅᐧ ᕈᓄᕆᐅᐧᒥᒥᓄ ᐦᓴ.

ᐱᓄᕋᒥᕄ ᐦᕄᕆ ᓄᐱ ᐞᐱᐱᐧ ᓱᐅ ᐧᖃᖃᖃᐧᒥ ᐅ ᐧᐅᒥᐅᐅ ᕄᐦᐦᓄᐞ. ᒥᓄ ᕈᐦᑫᕄᐱ ᐱᓄᕋᒥᕄ ᕆ ᒪᓄᒥᒥᓄᐅ ᐱᓄ ᕈᕆᐅᐧᒥᒥᓄ ᕋᐧᕈᕈᐧ. ᐞᐅᐅᕄᐞ ᓄᒥᓄᕋᑎ ᐦᓴ. ᓄᐱ ᐞᓄᐧ + ᐱᓄ. ᐱᓄᕋᒥᕄ ᐦᕄᕆ ᓄᐱ ᐞᕄᐞ ᐅᐅᐧᕆᕆ ᕈᓄᕆᐅᐧᒥᒥᓄ ᕈᒥᓄᕋᐞᕈ ᐱᓄ. ᐱ ᕈᐦᑫᕄᐱ ᓄᐞ ᐱᐱᓄᕋ ᕈᐅᒥᐅᐅᕈᐱᐧᕆ ᐱᓄ. ᐱᓄᕋᒥᕄ ᓄᐱ + ᐱᓄ.

ᐅᕆᕄᓴ ᕈᓄᕆᐅᐧᒥᒥᓄ ᕈᒥᓄᕋᐞᕈ. ᐱ ᓄᐱ ᘐᕊᓴ ᓴᐄ ᐅᐅᐧᕆᕆ ᕈᓄᕆᐅᐧᒥᒥᓄ. ᐱ ᕈᐦᑫᕄᐱ ᓄᐞ ᐞᖃᖃᐧᒥᒥᓄ ᐱᕋᓄᐧᖅᕆ. ᐱ ᓄᖃᖃᓄ ᓄᐱ ᕈᐅᐧᐅᕆᕆᐧᕆ ᕈᓄᕆᐅᐧᒥᒥᓄ.