

COVID-19

Istohtssowaiksimstaop

(Distraction Techniques)

Istsowaataomaistsi kii apitsistapo aakoht iiksitatski mii
vaccine



Pii psst siitamit (Deep Relaxation Breathing)

Tsipsst siitamit ko'ohksisis kii ts saitamit kaoyi naitoh
koksstakit nioksska, kannai pstsiitamiiniki kii saitamiiniki



Tsissitapiit Technology (Use Technology)

Tsissitapiit ihtaipoiyaop kiya tablet kitaahkoht awaakahpi game kiya
iiyistsit niinihkssi



Minnaatohtsiksimsstaat, oomiissit (Shift Attention)

Miisstap sapit, miinokakiyaositoot, tsi ksimisstat kitaiya'ahsitapaispi



I'kam sopowahtsiissin (Rapid Fire Questions)

linsskatoot nisitoyi o'mahkakaitapissko
linsskatoot niisoyi a'komootsiyissin
Niokskaa pissat
saiskio'owahssin



Sstiki koostom to'miisit – a'sak anioyapo kotsiis (Engage Another Part of the Body)

A'paikitsapikssit
Min aamohsstsikaat