



Community Living Toronto | Surrey Place Centre | Community Living Wikwemikong Anishinaabek

## TIP SHEET

# Nbechgeng eshchigeng



*“Gawii nii nbaasii! Gaasknaabaagwe! Wiigwaamensing nii zhaa! Nzegis dbikak! Gii nondaa-naadik gwa maanda niibnanching, ensa naakshik. Aapji gwo znagzi binoojiinh wii nbechgaazat. Aapchi gwo mskwiigde’endaagwat ensa naakshit binoojingh wii nbaadat, maage gmaapiitodbik kshwaasit ndowabmat mamaain maage bapaain.”*

## **Nsastamiing enji snagzit binoojiinh wii nbaat**

Njida gwa znagzii egaachiinhit binoojingh wii nbechgaazat. Naangwadnang gwa aapjii memdage snagzi binoojiinh, memdage gwa giishpin znagendang, maage shkendang, maage aakzit. Naangwadnang gwanaa zhwe’ebzi maanda binoojingh, aanin siigwa aabji zhwe’ebzi maanda binoojingh.

Weweni gwa nebaajik binoojiighik mnanendmwak, mnazhayaak, miinwaa mnagnewak. Weweni gwa binoojiingh nwebit aapji wenpanzi wii kken-dang gego, miinwaa wii naanaagde’endang, wii mnowaangwazit, miinwaa wii mnawiidokaazat. N’dakenjgewin temgat iidik binoojiinghik, miinwaa getchi piitziik snagzit wii naagde’endmowat zhayaawin giishpin nondeset nwebwin.

Aapjii gwa znagzi binoojiinh wii bmagwebnin agizhep, miinwaa gwa daa mjizhwe-ebzi, daa miiskwiigde'endam, maage gwa nonde nbaa epiichi damnat, maage epiichi wiisnit. Daa nashkwegon gwa binoojiinh gegoo wii kkendan kinoomaawin, miinwaa wiidwakaazat giishpin zaam ekzit.

Aapdek gwa wii nsastaajgaade enji snagzit binoojiinh wii nbaat, jibwaa nadmowin weweni wii nwebit. Nsaastajgaadek gwa eshchigeng wii naadmowin binoojiinh

Wii mnangwaang da mmanaamowaa binoojiinh wii mnadendang miinwaa wii mnawaangwasit.

### ***Miisa zhinda jizhibiigadek gezhi naadmaagaaspa binoojiinh weweni wii nbaat.***

#### **1. Zegzi wiiwebnint**

Aanind gwa binoojiinh znagendam pii nbechgaazat. Aapjii gwa bzaante, miinwaa gitziiman gawiin yaasiwan enji nbaat. Niizaanendam, gaadash gazhtwasiin wii nbaat.

#### **2. Ggweji debwein**

Ngwbbon shi aabta piitzit binoojiinh, aapachi gwa wiinda penmandaadzaa. Wiin gwawa binoojiinh dandwendaan wii gwedebwet pii wii nbaat.

#### **3. Gwataan Dbikdanik**

Njiida gwa egaachiinit binoojiinh gtaaji dbikak. Aanin gwa binoojiinh memdage gtaajok dbikak. Giishpin gwa zaami zegendang binoojiinh, aabdeg gwa wii nda zhichgem wii nadmowin. Naagwadnang gwa aabdek mshkikii nini wii nikaazam.

#### **4. Zegaamdawin**

Aanin gwa abinoojiinh aapji ntaa zegaamdawin. Dakshkwase gwa geskaana binoojiinh, aapji gwa da zegzi, miinwaa gwa kina damkwendan gaa naamdang. Aapjii gwa znagat ne'aap wii nbewin binoojiinh. Aabdek gwa nengaatch wii

gnoonaa, miinwaa wii nengaajikwa, biinish ne'aab wii nbaat.

#### **5. Aanin Miinwaa Genjii gshkitoosig binoojiinh wii nbaat**

- Gawii nistowendziin binoojiinh eksit
- Yaa'abi agitziiman wii nbwaatchan
- Zaam gjide, ksinaa, waaseaa, gzigwaan waabowan, maage zaam biigwe'e
- Binoojiinh znagendam mkwendang wii skoonwit, wii gzhaaget, maanaadsenit gidziiman, maage gegoo do znagendmigwan
- Zaam giuwajipii nwebi epich giizhgak
- Maage gwayah do paagoon
- Zaam aabji ndakenjaasa
- Binoojiinh abangii ezhwe'aadzit snagzi wii nbaat

### ***Maanda gezhitchgengba weweni binoojiinh wii nbaat***

Aapji gwa baatiinat ge zhich geng ba wii mna nbaat binoojiinh. Zhaazhigwa gii dbaate genji kshkitoosiigbane binoojiinh wii nbat. Miidash mampii ji zhibiigadeg ge zhitchgengba wii naadmowin binoojiinh wii ngadendang miinwaa wii nsastang pii aabdek wii nbaat.

#### **Aaniish pii ge nbaat?**

Naasaap pii daa nbechgem ensa naakshik, Naagwadnang wiigwa gawiin maamda wii naagdoon maanda, aabdeg siigwa miinwaa ne'aap ga naadgoon pii wa nabaat binoojiinh. Gaawiin wiigwa paneh agashtwasiin wii nbaat binoojiinh, debnaak siigwa kkendand pii aabdek waa nbaat, miinwaa gwa pii waa bsagwwit agishzhhep. Aapji nishin binoojiinh tenik waa nagdoot ensagiizhgak.

#### **Wegnesh waa Naagdoot?**

Aabdek gwa wii teni binoojiinh wa naagdot, mii ezhi kkendang waa zhichget. Aabdek gwa binoojiinh wii naagdoon naaknigewin, ensagiizhgak gwa, mii gweta gezhi ngadendang wii mnaadendang naaknigewin. Mzinchignaak gegwa da nikaazam weweni wii nsastang binoojiinh.

### **Nbegamig**

Weweni gwa Daa gbaabiignigaadenoon waasech-ganan,, miinwaa daa mnapiichizhayaamgut enji nbaat.

### **Wenaamjiget**

Bgidnint gwa binoojiinh wii wenaamdang nbeyaan, miinwaa damnoowagnan waa wiipemaat, naadmaagwan wii nbaat.

### **Waamnanendmigwat**

Nishin gwa binnoojiinh gwegoo tenik waa mjignang wii mnanedang pii oonbaat. Aapji gwa waankiien-dam gegoo mjignang getchi nendang.

### **Ziisbaakwat miinwaa mshkiki**

Gaawiin daa bgidnaasii binoojiinh wii mnikwet waashkbaamik, miinwaa waashkbang wii miijit jibwa nbaat. Mshkike gegoo daa ndakenjgaade, gnimaa gegoo teg mshkikiing ge paagwat.

### **Shkwaanaakwek Nwebit**

Giishpin gwa binoojiingh giikiimgwashsik, maage ekzisik pii wiioonbaat, gaawiin daa bgidnigaasii wii nwebit shkwaanaakek, maage jina gweta daa bgidnaa wii nwebit.

### **Nakiitooon Gwiiywin**

Aabdek gwa kina enchii'ing gwii nakiitooon gwii-ynaa. Aapichi gwa nishin binoojiinh ensagiizhgak nakitoot wiyyoo, epiichgiizhgak goonaa, gaawiin wiigwa jibwaa nbaat. Memdage gwa binoojiinh mnagwaam shkwa b'baa yaat ngwaajjiiing, shkwa taknaamat.

### **Damnoowin**

Daa wiidookwaa gwa binoojinh jibwaa nbaat. Nengaach gwa dadminat binoojiinh nishin, gaawiin dash da miigaas'sii pii wii o'nbaat. Naangwadnang gegoo binoojiinh abishgendaan n'chige dadminat, debnaak gwa damnoonan miinint waa nikaazat.

### **Nwebing**

Naadmoo binoojiinh wii nwebtoot wiyyoo. Baatii-nat goo gezhichgengba wii booni baabsiigishkaanik binoojiinh wiyyoo, aapji gwa mnendaagwat aainin gezhichgeng ba. Daa kinoomoowaa waazhi kchi wiiknaamat, miidash miinwaa wii kchi bgidnaamat, gnimaa geh daa babniketaa, daa babgaadetaa, gnimaa dash gegoo daa niiskiingwetaa, miidash miinwaa ji bgijjiiingwetaat. Kinnaa gwa nindan da naadmaagwan binoojinh wii nwebit.

### **Pane Naasaap Zhichgeng**

Naangwadnang gwa aapji ekzii wa egitziindang. Miidash maandapii aapji nishing pane naasap zhichgeng wii wenpanzing nbechgeng. Ngwad-bagiiswaan gwa gnimaa daa nchitaam wii nbech-geng. Giizhaa gwa daa wiindmoowaa binoojiinh wii zhiitaat wii nbaat. Maampii dash zhibiigaade gezhichgengba.

- Naanan dbagaans gda miinaa gniijaanis wii zhiitaat miinwaa wii biinchiget
- Ka zhiitaatoon dash gziibiigshe naagan. Gdaa bgidnaa dash gniijaanis wii damnat gnigen gwa mdaasad dbagaans gziibiigzhe naagning
- Bangii dash miinwaa daakwe wiisnim jibwaa nbaang, gaawiin wiigwa gegoo waashkbang, waa mnakaagemjgak gwe-eta
- Da gziiaabde dash miinwaa gniijaanis
- Zaakmoonaagan dash miinwaa da nikaazan
- Nbewyaan da biiskaan, miidash miinwaa ji gindaasat
- Miidash ji nbat, waaskoonenjgan daa aatebji-gaade. Kizhep ga waabmin da naa dash binoojiinh.