

Ekewe **8 eochun** Kinikinin foun ngasangas me Waanap pwan semwenin
Suke Fofforun foun ngasangas mei pochokun

MEINISIN EKEWE ” 8 EOCHUN”

Ew me ew ekei pworous fan mei afata ifa usun ekewe **8 Eochun** mei pesepes ren foffor mei apochokuna inis.
Kose mochen fori ew ika fitu metekei mei afateti:



Kopwe mwokutukut fetan.



Mwongo met mei murine.



Kae ekewe mwokutukut mei anisi pochokunen ngun me inis.



Cheki Omw Feita Cha.



Weweiti Omw Nampan chekin suke.



Sinei Omw Ukukun kolesterol ika waten iwi mei nomw non cha.



Tumwuneech omw kosapw angei Supwa/supwa mei fiifi.



Opwonuetai met nomw tokter mei pesei ngonuk.

Ekkoch porous ika maak:



DOH 345-368 September 2019 Chuukese

Ngeni ekewe aramas mei wor terir, ei taropwe mei kawor non ekkoch sokkun taropwe. Kose mochen kokori 800-525-0127 (TDD/TTY 711) ika maak ngeni civil.rights@doh.wa.gov.