

KAWIYA PÊHO, CÎSTAHOKAWI!

*Cîstahowêwin kiki Nistam-Iyiniwak, Ayaskîmow êkwa
Âpihtawikosisânîsak êkwa Mâmanâyâwinihk*

Ayênânêwosâp-Pîsim Âhkami Pîsimwasinahikan
Kisê-pîsim isko Opâskâwêhowi-pîsim



National Collaborating Centre
for Infectious Diseases
Centre de collaboration nationale
des maladies infectieuses



National Collaborating Centre
for Indigenous Health
Centre de collaboration nationale
de la santé autochtone

KATÔHPINÊWIN ÊKWA KA-ÂSÔSKAMÂTOHK ITÂSPINÊWINA

© 2022 *Askiy-nînahk Nîsokamakêwin Kamik kiki Nêhiyawak Miyw-âyâwin (NCCIH) êkwa Askiy-nînahk Nîsokamakêwin Kamik kiki Ka-Âsôskamâtohk Itâspinêwina (NCCID). Ôma nôkohtâwin kî-tipahikâniwan ohci NCCIH mîna isîhcikâtêw sâpô sôniyâwi-nîcibiwêwin Tipîyaw Maskîhkîwikamik Pamînikêwin Kânata ohci (PHAC). Itêyîhtamowina ka-pîkiskwâcikatêki ôta namôy mwêhci itêyîhtamowina ohci PHAC.*

Ôma pîsimwasinahikan kî-osîhcikâtêw ohci Askiy-nînahk Nîsokamakêwin Kamik kiki Nêhiyawak Miyw-âyâwin (NCCIH) êkwa Askiy-nînahk Nîsokamakêwin Kamik kiki Ka-âsôskamâtohk itâspinêwina (NCCID). Ôma kiskêyîhtamohiwêwin ka-wâpahcîkâtêk pîhci ôma pîsimwasinahikan ê-kî-ahtsihtahk ohci *Kawîya Pêbo, Cîstahokawî! Pîsimwasinahikan kiki Awâsisîwin Cîstahowêwin kiki Nîstam-Iyîniwak 2012*, asîci pakîtêyimowin ohci Nîstam-Iyîniwak êkwa Ayaskîmow Miyw-âyâwin Atoskêwikamik, Nêhiyawak Pamîstakêwin Kânata.

Kanawâpahta mîna download ôma kiskêyîhtamohiwêwin masinahikan mâmawînikêwin mîna kotak âpacîhcikana ka-sîtoska cîstahowin mamîsîtotamowin asîcâyîhk Nîstam-Iyîniwak, Ayaskîmow êkwa Âpîhtawîkosisânîsak êkwa mâmawâyâwînihk cikâstêpayîcîkanîsîhk ita: nccih.ca êkwa nccid.ca.

Ta-kiskêyîhtamin ayîwâk ohci cîstahowina kiki awâsisak, oskî-ayak êkwa kîsî-ohpîkiwîyîniwak, kiyokê kî-tipîyaw maskîhkîwikamik ahpô itohtê: www.canada.ca/en/public-health/services/immunization-vaccines.html

Mâmiskôcîkâtêwin: National Collaborating Centre for Indigenous Health (NCCIH) & National Collaborating Centre for Infectious Diseases (NCCID). (2022). *Kawîya Pêbo, Cîstahokawî! Cîstahowêwin kiki Nîstam-Iyîniwak, Ayaskîmow êkwa Âpîhtawîkosisânîsak êkwa Mâmanâyâwînihk – Ayênânêwosâp-pîsim âhkami pîsimwasinahikan – Kisê-pîsim isko Opâskâwêhwi-pîsim.*

La version française est également disponible sur les sites Web ccnsa.ca et ccnmi.ca sous le titre : *N'attendez pas, vaccinez! Vaccination à l'intention des peuples et des communautés des Premières Nations, inuits et métis – calendrier perpétuel – janvier à juin.*

Kiki ayîwâk kiskêyîhtamohiwêwin ahpô ta-kahcîtinamin ayîwâk tâpasinahikana, mahti pîkiskwâtîk:

Askiy-nînahk Nîsokamakêwin Kamik kiki Nêhiyawak Miyw-âyâwin (NCCIH)
3333 University Way
Prince George, British Columbia
V2N 4Z9 Canada
Sêwêpicîkan: (250) 960-5250
Masinahikan ka-itîsahamâtohk: (250) 960-5644
Email: nccih@unbc.ca



Download nôkohtâwina ita nccih.ca/34/Publication_Search.nccih



Télécharger des publications à ccnsa.ca/524/Recherche_de_publication.nccih



issuu.com/nccah-ccnsa/stacks



Kîkway anima cîstahowin?

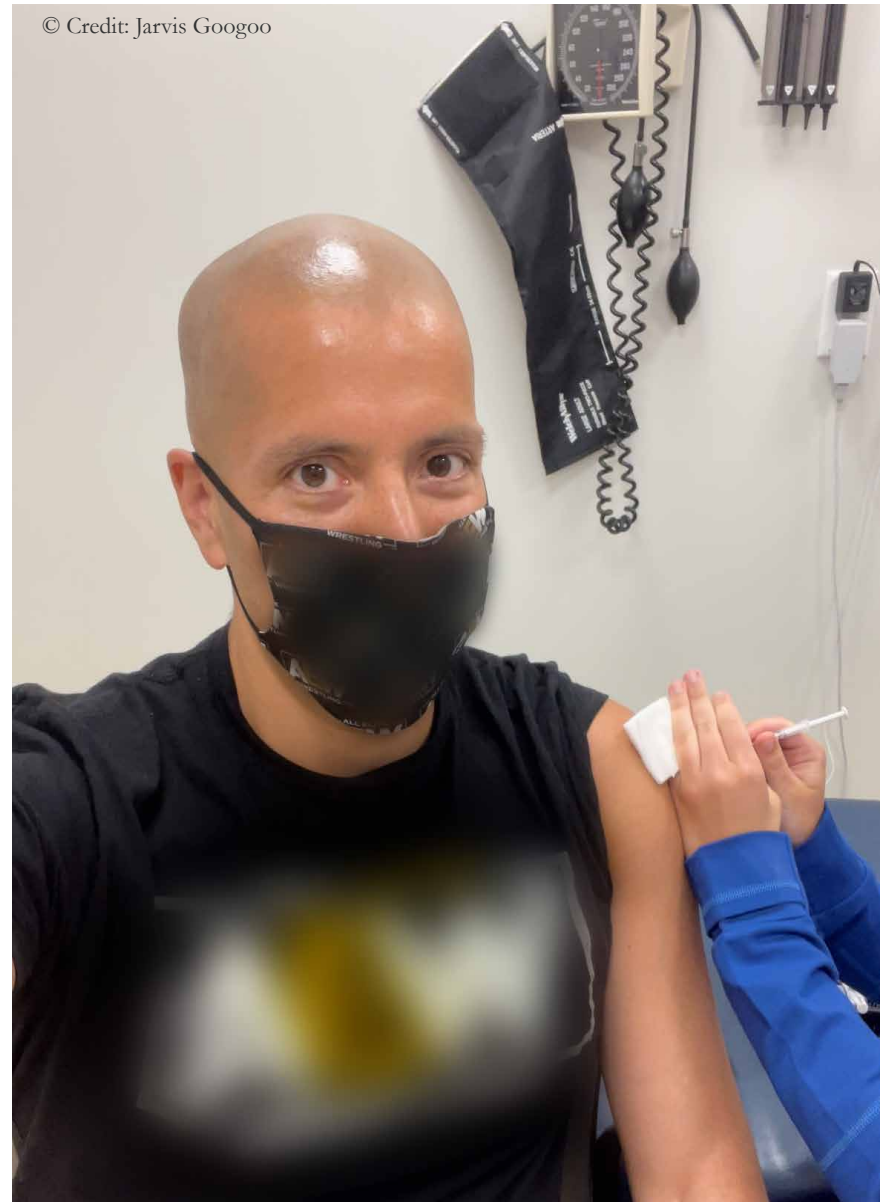
Cîstahowin êwako maskihkiy ka-nâtâmostawêw ayisiyiniwa ka-ayâhk pâh-pîtos itâspinêwina, tâpiskôc influenza (tahkaciwin) êkwa mihkwasêwin. Ôhi itâspinêwina ta-kî-nawac âyiman ahpô mîna nipahiwêmakan.

Ki-miyaw osêpinîwin pihkohtâwin êwako pimohtacikêwin ohci atâmiyawa, cells êkwa tissues kahkiyaw ka-mâmwâwî atoskêmakahkihk ta-nâtâmostakêw miyaw asicâyihk itâspinêwin. Ispîhk oskayi âhkosiwina pîhtikwêmakan ki-miyaw, ôma sêpinîwin pihkohtâwin osihtâw kihci proteins isiyihkâtêw sohkapinêwin ta-nôtina âhkosiwina, mâka âhkosiwina kêyâpic ka-kî-âhkosêhikon. Cîstahowina wîcihtâw ki-sêpinîwin pihkohtâwin ta-isohtât sohkapinêwin ta-nôtina itowa itâspinêwina, êka ka-ayâhk êwako itâspinêwin. Cîstahowina mîna ki-wîcihikon êka ta-misi âhkosiwin kîspin ki-nakiskâtên itâspinêwin âhkosiwina kîhtwâm ati-nîkân.

KISKÊYIHTÊN CÎ?

Cîstabowêwin êkwa cîstabowêwin itwêmakan pâh-pêyakwan kîkway.

© Credit: Jarvis Googoo



4 Kawiya Pêho, Cîstahokawi! Cîstahowêwin kiki Nistam-Iyiniwak, Ayaskimow êkwa Âpihtawikosisânîsak êkwa Mâmwâyâwinihk Ayênânêwosâp-Pîsim Âhkami Pîsimwasinahikan – Kisê-pîsim isko Opâskâwêhowi-pîsim

KISÊ-PÎSIM



1	Ocêhtowi-kîsikâw
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	

17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	



Cîstahowina mêkiw miyo nâtâmostawêwin

Nistam-Iyiniwak, Ayaskîmow êkwa Âpihtawikosisânîsak Kêhtê-ayak mâtinamakêwak kiskêyihtamowin ohci ‘miyo maskihkiya’ êkwânihi kî-âpacihtân kinwêsîskamik ta-nakina âhkosiwin mîna nanâtawihiwêw ayisiyiniwa ka-âhkosicik. Mihcêt ôhi maskihkiya kâyapic anohc âpacihtân.



© Credit: Tina Campbell

Cîstahowina mîna miyo maskihkiy. Nâtâmostawêw awâsisa, oski-ayak êkwa kîsi-ohpikiyiniwak mihcêt ohci ka-âsôskamâtohk itâspinêwina, piko tanima itahtopiponêwin mîna piko ispîhk.



KISKÊYIHTÊN CÎ?

Cîstahowina nâtâmostawêw awâsisak, oski-ayak êkwa kîsi-ohpikiyiniwak mihcêt ka-astâsihk ohci ka-âsôskamâtohk itâspinêwina, tâpiskôc omikîwâspinêwin êkwa diphtheria.



MIKISIWI-PÎSIM



Louis Riel Kîsikâw êwako nistoakimihci Pêyako-kîsikâw ispîhk Mikisiwi-pîsim
Wâpikwanîwinâkwon Kîsikâw êwako iskwêyâc Nisto-kîsikâw ispîhk Mikisiwi-pîsim

1	
2	Wînasakâcihp Kîsikâw
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	Sâkihitowi Kîsikâw
15	

16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	



Cîstahowina miywâsinwa

Cîstahowina miywâsinwa mîna atoskêmakan. Kânata ayâw âhk-wâtan paminikêwin ta-pakitêyihta mîna ta-pisiskêyihta cîstahowina mîna tânisi isi ka-âpacihtahk. Cîstahowina wa-wîhkâc wâpahcikatêwa kiki ê-miywâsiki, asici pisiskêyihtamin kiki piko itowa mayiskâkôwina êkwa itiskakêwin.

Ôma cîstahowin nawac miywâsin ispisci ka-ayâhk itâspinêwin.

KISKÊYIHTÊN CÎ?

Cîstahowêwin êwako mîmawaci nâtâmostawêwin sicâyihk cîstahowin-kipihtinikêwin itâspinêwina piko tanima itahtopiponêwin. Cîstahowina miywâsinwa mîna atoskêmakan. Pisiskêyihtam ayisiyiniw osêpinîwin pihkohtâwin ta-sôhkahk!



NISKI-PÎSIM



Âpisisiniwi-kîsikâw pahkihtin âyîtaŵâyihk Niski-pîsim 22 êkwa Ayîki-pîsim 25

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	Misiwêskamik Iskwêw Kîsikâw
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	

17	St. Patrick's Kîsikâw
18	
19	
20	Sikwan Equinox – Nistam Sikwan Kîsikâw
21	Misiwêskamik Kîsikâw kiki Kîsipayiwîn ohci Pakwâtítowin Pîtotêyimowin
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	

9 Kawiya Pêho, Cistahokawi! Cistahowêwin kiki Nistam-Iyiniwak, Ayaskimow êkwa Âpihtawikosisânîsak êkwa Mâmawâyâwinihk Ayênânêwosâp-Pîsim Âhkami Pîsimwasinahikan – Kisê-pîsim isko Opâskâwêhowi-pîsim

Cîstahowêwina kêyâpic nitawêyihtâkwanwa anohc

Cîstahowêwina kî-wîcihiwêw ta-nakina sisiwêpayiwin mihcêt ohci itâspinêwina. Atiht itâspinêwina – tâpiskôc polio êkwa diphtheria – kékâc osâmi namatakon pîhci Kânata.



© Credit: Belinda Daniels

Kîspin ayisiyiniwak êka ka-cîstahohcik, cîstahowin-kiptinikêwin itâspinêwina nawat ayiwâk kâwî ka-ispayinwa. Ka-cîstahokawêyin kî-wîcihikon ta-kanawêyihamin ôhi itâspinêwina kwêtatê isi kiki kahkiyaw awiyak – nâspici.



KISKÊYIHTÊN CÎ?

Pâsci niktowâsikomitanaw askiy, cîstahowina kî-paspînam ayiwak pimatisiwin ispisci kotak nêsowisiwin nakinikêwin.



AYÎKI-PÎSIM



Âpisisiniwi-kîsikâw pahkihtin âyîta-wâ-yihk Niski-pîsim 22 êkwa Ayîki-pîsim 25

1	Ayîki-pîsim Cîsihiwê Kîsikâw
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	Askiy Kîsikâw
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	



Tânispihk ta-kî-ayâhk cîstahowina?

Nahipayiwin mitoni kistêyihâtakwan ispihk ohci cîstahowêwin. Cîstahowina miyo atoskêmakan ispihk nahiyikohk ka-otiniâtêk, mâcihtân ispihk pêpîsisak kêyapic osk-âyisak. Pêpîsisak nawac na-nêsowisiwak isi itâspinêwina âstamêhk nîso itahtopiponêwin.

Mihcêt cîstahowina ka-itêyihâtakwahkihk ispihk ka-apisîsihk ta-mêkiw nâtâmostawêwin nanatohk itâspinêwina ohci. Atiht cîstahowina piko nâtâmostakêw kiki tânitahto askiya. Oski-ayak êkwa kîsi-ohpikiwiyniwak ta-nitawêyihatakwahk kâh-kîhtwâm cîstahowin kiki atiht cîstahowina ta-âhkami nâtâmostakêhk. Atiht itâspinêwina ispayin piko isi kêhtêyiniwak awâsisak ahpô kîsi-ohpikiwiyniwak (tâpiskôc HPV êkwa shingles). Êkwânihî cîstahowina ta-kî-mêkihk ispihk nanâtohk itahtopiponêwin.

Oski-ayak êkwa kîsi-ohpikiwiyniwak ta-kî-ayâcik cîstahowin-kiptihnikêwin itâspinêwina kîspin kî-patahamwak atiht ispihk ka-kî-awâsisicik. Pîkiskwâta kimaskihkîwiyniw ta-kêhcinahoyin sêhkê mastaw ta-ayâyin kicîstahowina. Ka-ayâyin kahkiyaw kicîstahowina kiwîcihikon ta-kanawêyimikoyin, kiwîtotîmâkanak êkwa kimâmawâyâwinihk ê-miyw-âyâhk.

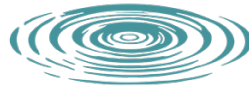
KISKÊYIHTÊN CÎ?

Awâsisak mâwaci ê-nâtâmostakêhk ohci cîstahowin-kiptihnikêwin itâspinêwina ispihk ka-otihkocik kahkiyaw ocîstahowina ispihk ka-nitawêyihatakwahkihk.



© Credit: Dena McDonald

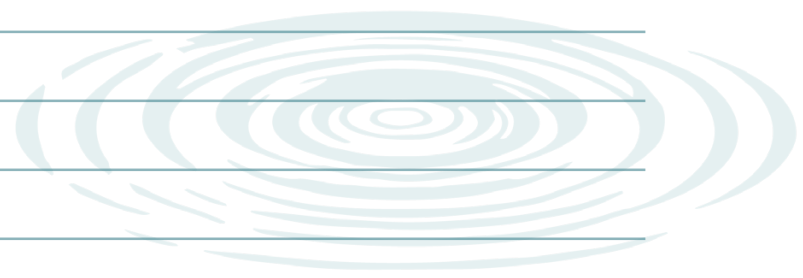
SÂKIPAKÂWI-PÎSIM



Okâwîmâw Kîsikâw miyawâtikwan ispîhk nîso-ispayin Ayamihâwi-kîsikâw ohci Sâkipakâwi-pîsim
Okimâskwêw Kîsikâw miyawâtikwan ispîhk Pêyako-kîsikâw pâmwayês Sâkipakâwi-pîsim 25

1	
2	
3	
4	
5	Askiy-nînahk Kîsikâw ohci Aswêyihtamowin kiki Wanihiwêwin êkwa Nipahtâkêwin Nêhiyaw Iskwêwak êkwa Iskwêsisak êkwa 2SLGBTQQIA+ Ayisiyiniwak (MMIWG2SLGBTQQIA+)
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	



13 Kawiya Pêho, Cistahokawi! Cistahowêwin kiki Nistam-lyiniwak, Ayaskimow êkwa Âpihtawikosisânîsak êkwa Mâmawâyâwinihk
Ayênânêwosâp-Pîsim Âhkami Pîsimwasinahikan – Kisê-pîsim isko Opâskâwêhowi-pîsim

Tânsi isi ta-kiskisi kiko cîstahowina âsay ka-ayâhk êkwa kiko ka- nitawêyihakwahk?

Maskihkîwiyiniwak ka-mêkicik cîstahowina pisiskêyihakwahk kiko cîstahowina ka-kî-otihtikocik. Kîspin ki-otihtikon cîstahowin ohci kotak awiyak êka kimaskihkîwiyinim (ahpô kîspin kiwâpamawak pâh-pîtos maskihkîwiyiniwak), miywâsin ta-pisiskêyihakwahk mîna mâtinamâkê ki-âcimowasinahikana asici kihci kimaskihkîwiyinim (kîspin ki-ayâwâw). Ahpô itikwê piko ta-wâpahtahowêyin kêhcinahowin ê-otihtikoyin atiht cîstahowina kiki papâmâcihîwin, kiskinwahamâtowikamik

ahpô atoskêwin. Osk-âyisak awâsisak mîna nitawêyihakwahk kêhcinahowêwin ispihk ka-pôni cîstahokawicik pâmwayês ka-mâcihtahk ita kanawêyimâwasowin ahpô kiskinwahamâtowikamik.

Kîspin namôy kêhcinahon kîspin ta-ayâyin cîstahowin ahpô kîspin asay ê-ayâyin pêyak itowahk, kakwêcim kimaskihkîwiyiniw kihtwâm ki-kikyokêwin. – ahpô itikwê ayâwak âcimowasinahikan ahpô ta-itêyihakwahk kîkway.



© Credit: Gina Lollabridgida



KISKÊYIHTÊN CÎP

Ka-cîstahokawêyin ka-apisîsi ta- nâtâmostawêw awâsisak wîpac awâsisîwin mîna sâpô opimatisîwiniwâw. Ka-kî-kakwêcimâw kimaskihkîwiyiniw kiki âcimowasinahikan ohci kicîstahowêwina mîna kicawâsimisak ohci.

OPÂSKÂWÊHOWI-PÎSIM



Opâskâwêhowi-pîsim êwako Askiy-nînahk Pêci-nâway Kayas Nêhiyaw Pîsim
Father's Kîsikâw êwako nisto Ayamihâwi-kîsikâw ispîhk Opâskâwêhowi-pîsim

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

16	
17	
18	
19	
20	
21	Misiwêskamik ohci Iyiniwak Okîsikâmiwaw Nistam Nîpin Kîsikâw
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	



Cîstahowina êwako kistêyihtâkwan kiki nawac miyw-âyâwin

Cîstahowina êwako kistêyihtâkwan ta-miyw-âyâhk.
Kiskêyihamowin ohci cîstahowina ta-kî-wîcihikow onîkihikomâwak,
kanawêyihcikêwak êkwa kotak kîsi-ohpikiwiwiniwak ta-osihtacik
katawa itêyihamowina ta-nâtâmostawêhk awâsis, oski-ayak,
wiyawâw êkwa omâmawâyâwinihk.



KISKÊYIHTÊN CÎ?

Nôhawasowin mâtinamâkêw atîht nâtâmostawêwin ohci itâspinêwina
wîpac kicawâsimis opimatisiwin, mâka êkwânima nâtâmostawêwin
namatakon mayâw nôhawasowin nakinikâtêw.



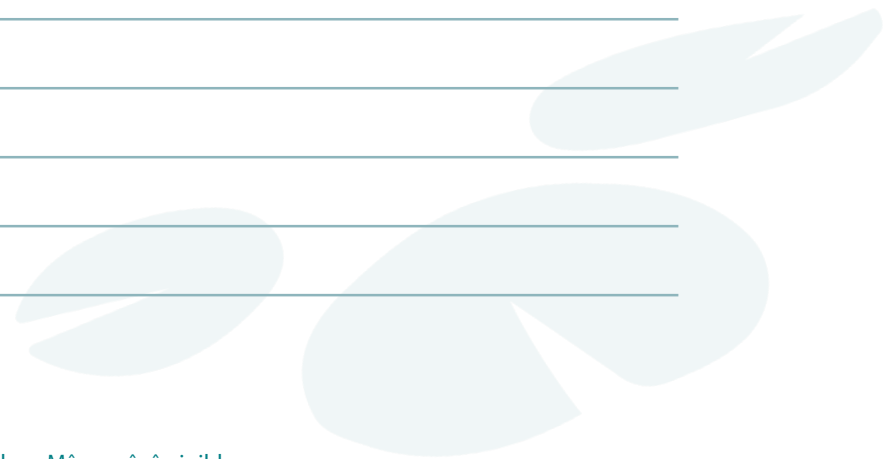
© Credit: iStockPhoto.com, ID 1371961623

OPASKOWI-PÎSIM



1	Kânata Kîsikâw
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	Nunavut Kîsikâw
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	

17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	



Nakiskamowin âhkosiwina

Ki-nakiskênaw âhkosiwina tahto kîsikâw, kîspin ohci awâsisak ka-mêtawêcik ita kanawêyimâwasowin ahpô kiskinwahamâtowikamikohk, kiyokawêwak owîcêwâkanak, ka-itohtêhk nâkatêyimisowin kiyokêwin pîhci mâmawâyâwinihk, ahpô ka-itohtêhk ita ka-itahkamikahk kîkway ahpô mâmawâyâwinihk wîhkohkêwin.

Âhkosiwina ta-kî-wêhci sisiwêpayiwin mîna papâsi. Ohtostotamowin, cahcâmowin, pîkiskwêwin ahpô nikamowin êkwânihi ka-isi âsôskamatohk âhkosiwina pâyak ayisiyiniw isi kotak. Âhkosiwina mîna ta-kî-sisiwêpayin ispîhk ayisiyiniw sâminam kîkway ka-misiwanâta ohci âhkosiwina, êkwa sâminam oskîsikwa, oskiwan ahpô otôn.

Atiht âhkosiwina itocikêmakân itâspinêwina êkwânihi nawac âyiman mîna ta-kî-itocikêmakân pôni-pimâtisiwin. Kistêyihtâkwan kiki awâsisak, oski-ayak êkwa kîsi-ohpikiyiniwak ta-cîstahohcik tahtwâw êkosi isi sêpinîwin pîhkohtâwin kwayâci notinam ôhi nawac âyiman itâspinêwina. Ka-cîstahokawêyin ka-apisîsi ta-nâtâmostawêw awâsisak mêkwâc ka-ohpikicik mîna sâpô opimatisiwiniwâw.



KISKÊYIHTÊN CÎ?

Âhkosiwina ta-kî-pimâtan kinwêsîs tahkoc âpacihcikanisa tâpiskôc miciminikana, cikâstêpayihcikan mêskocipicikêwin êkwa mêcawâkanisa.

TAKWÂKI-PÎSIM



Atoskêwi Aywêpiwi-kîsikâw êwako nistam Pêyako-kîsikâw ispîhk Takwâki-pîsim

1	Terry Fox Kîsikâw
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	Misiwêskamik Kîsikâw ohci Iyinito-ayisiyinîwiwin
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	

17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	





Tânisi isi ta-kiptinamin sisiwêpayiwin ohci âhkosiwina:

KISKÊYIHTËN CÎ?

Ihtakon ta-isi kiptinamin sisiwêpayiwin mihcêt ohci ka-âsôskamâtohk itâspinêwina pîhci kîkiwahk kimâmawâyâwinihk.

- Cîstahowêwina sêhkê mastaw ta-ayâyin.
- Ohtostota mîna cahcâmow pîhci kispiton, namôy kicihcîy.
- Manâ sâmina kîsikwa, kiskiwan mîna kitôn asici kicihcîya.
- Kisîpêkinicîhcê wâh-wîpac asici kisîpêkinikan mîna nîpiy kanakê nîsitanaw cipahikanis ahpô, kîspin namôy kaskihon ta-kisîpêkinicîhcêyin, âpacihta ka-maskawâkamik kisîpîkinicîhcêwâpoy.
- Kanâcihtâ âpacihcikanisa êkwa kahkiyaw kîkway ka-mâmawi-âpacihtahk wâh-wîpac asici kanâcihcikan.
- Kawiya mâtinamâtok tipiyawê âpacihcikana tâpiskôc kisîpêkâpitêhona, kâskipâsona, minihkwâcikana, oyâkana ohci mâmawâyâwinihk wîhkohkêwina, tomihkwâkana, etc.
- Kîspin kiâhkosin, kîkiwahk ayâhkan mîna manâ nakiskawik kotakak.
- Miyo mîcisow mîna waskawî tahto kîsikâw ta-maskawisihk ki-miyaw, mâmitonêyihcikan mîna ahcahkowin.



ONÔCIHITOWI-PÎSIM



Atoskêwi Kîsikâw miyawâtikwan ispihk nistam Pêyako-kîsikâw ohci Onôcihitowi-pîsim

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	Nistam Takwâkin Kîsikâw
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	Askiy-nînahk Kîsikâw kiki Tâpwîwina mîna Wâkôwîcihiwîwin Osâwâw Papakiwayân Kîsikâw

Kiskêyihta kiskêyih tamohiwêwina, namôy tahkaciwin!

Itahto askiy tahkaciwin influenza cîstahowin êwako isi miywâsin ta-nâtâmostasoyin, kiwîtotîmâkanak mîna kimâmawâyâwinihk.

Ayâwâwasow ayisiyiniw, osk-âyisak awâsisak, ayisiyiniw asici katôhpinêwin itâspinêwina êkwa kêhtê-ayak êkwâniki nawac iyikohk ta-astâsihk âyimihowina mîna âhkosîwikamik ayâwin ohci influenza. Ôma influenza cîstahowin ka-itêyih tâkwahkihk kiki ayisiyiniw niktowâsik pîsimwêwin ahpô awasimê. Pîkiskwâta kimaskihkîwiwinim ta-ayâyin ôma influenza ka-cîstahokawêyin itahto askiy.



KISKÊYIHTÊN CÎ?

Ôma tahkaciwin influenza miyiwîwin mêskocipayin mâna itahto askiy, kiko ohci kistêyih tâkwan ta-ayâyin tahkaciwin cîstahowin itahto askiy.



PIMIHÂWI-PÎSIM



Nanaskomôkîsikâw pahkihtin ispîhk nîso-ispayin Pêyako-kîsikâw ohci Pimihâwi-pîsim

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	

17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	Cîpay kîsikâw





KISKËYIHTËN CÎ?

Ihtakonwa cîstahowina êkwânihi ta-nâtâmostawêw kîsi-ohpikiwiyniwak ohci shingles mîna mistahi iyinito itowahk kisisowâspinêwin.

Cîstahowêwin êkwa kîsi-ohpikiwiyniwak

Cîstahowina namôy piko kiki awâsisak êkwa oski-ayak. Kîsi-ohpikiwiyniwak nitawêyihtakwan ta-cîstahokawicik ta-yahkipita onâtâmostawêwin asicâyihk atiht cîstahowin kipihtinikêwin itâspinêwina mîna ta-osihtahk sêpinîwin asicâyihk kotak itâspinêwina êkwânihi nawac ayiwâk iyinito isi kîsi-ohpikiwiyniwak.



YĪKOPĪWI-PĪSIM



1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	Ayaskîmow Kîsikâw
8	Nêhiyaw Simâkansihkanak Kîsikâw
9	
10	
11	Kiskisiwin Kîsikâw
12	
13	
14	
15	

16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	



Kiko itowahk itiskakêwin ta-kî-ihtatêyihtamân?

Mistahi ayisiyiniw miyomahcihow mwêstas cîstahokawêwin, mâka atiht ayisiyiniw môsihtaw apisîs mayiskâkôwina tâpiskôc:

- Pêpîwiwak êkwa awâsisak ta-kî-nayêhtâwisiw ahpô nôhtêhkwasiwak (osâmi iyikohk)
- Ayâwak akâwâc kisisowin
- Mihkwâw ahpô apisîs mihkonâkwan wîsakêyihtamowin pâkipayiwîn ita ka-cîstahow
- Ayâwak wîsakêyihtam ita ospiton cîstahokawêwin kiki aciyaw

Ôhi mâyamahcihowina êkwânihi ohcitaw mîna namôy kinwês pêyak kîsikâw ahpô nîso iyikohk. Pâmwayês ta-sipwêhtêyin kimaskihkîwiyniw otatoskêwikamik ahpô tipiyaw nanâtawihiwê-kamikohk, kawêcim kimaskihkîwiskwêw ahpô maskihkîwiyniw kîkway ta-itotamin ta-âciwinamin wîsakêyihtamowin ahpô têtisiwin ohci cîstahowêwin.

Nawac âyiman mayiskâkôwina ohci cîstahowêwin namôy mwâsi ka-ispayik.



KISKÊYIHTÊN CÎ?

Mistahi ayisiyiniw ta-kî-cîstahokawêwak, kiyâm kîspin otakikomiwak ahpô apisîs kisisowak.



© Credit: iStockPhoto.com, ID 545572792

MANITOWI-KÎSIKANI-PÎSIM



1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	Ayisiyiniw Omiyikosiwin Kîsikâw
11	
12	
13	
14	
15	
16	

17	
18	
19	
20	
21	Nistam Pison Kîsikâw
22	
23	
24	Manitowi-Tipiskâw
25	Manitowi-Kîsikâw
26	Nôtiniwê Kîsikâw
27	
28	
29	
30	
31	Ocêhtowi Tipiskâw



© Credit: Yolande Howrie



Tânisi isi niki wîchîhâw osk-âyisak awâsisak mêkwâc cîstahowêwin?

Awâsisak pisiskâpahtamwak tânisi isi onîkihiikomâwak ahpô kanawêyihcikêwak ê-isi môsihocik. Kîspin kitôhtamêyihên ahpô kisêkisin, kicawâsimis ta-môsihtâw êkwânima Ka-âstêyêyihamin mîna natomahcihowin, ayamiwin, nikamowin ahpô tahkonâwasowin kicawâsimis mêkwâc cîstahowêwin ta-wîchîhik nawac ta-wêhcasiniyow kiki wiyawâw – mîna kiya. Wanâhiwêwin kicawâsimis asici mêcawâkanisa, cihkâstêpayihcikana ahpô âcimowina ta-wîchîhik mîna ta-âciwinikâtêk wîsakêyihtamowin mîna kakwâtakihtâwin.

Ka-kî-wîchîhâw kipêpîsis ta-kâmwâciyât:

- Kêhcinahow kipêpîsimis nawac ta-wêhcasinêyik (namôy nôhtêhkatêw, âsiyânihkêpison pastêyow, wêhcasiniyow otayiwînisa)
- Kakwê âstêyêyihatak. Kipêpîsis ta-môsihow ispîhk ka-kitôhtamêyihên ahpô kisêkisin mîna ta-kî-ohpihikiw ki-pîkwêyihitamowin.
- Têpiyawêha kipêpîsimis asici kâmwâci-pîkiskwêwin. Pîkiskwê ahpô kâmwâci nikamo. Sâmina, ahpô tahkonâ kipêpîsimis.
- Kanawâpamâ oskîsikohk mîna pâhpisi.
- Nawac ta-wêhcasin cîstahikan kîspin kipêpîsimis pêyahktak miciminâw. Kimaskihkîwiskwêw ahpô maskihkîwiyniw ka-wîchîhik ta-micimihk kipêpîsimis ta-kiyamapêhk.
- Nôhâwasowin ahpô môcêyâpiskos asamêwin kipêpîsimis pâmwayês, mêkwac êkwa/ahpô mwêstas cîstahowêwin.
- Namôy nânitaw kîspin kipêpîsimis mâtow mêkwac êkwa/ahpô mwêstas cîstahowêwin.

KISÊ-PÎSIM



1	Ocêhtowi-kîsikâw
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	

17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	



© Credit: iStockPhoto.com, ID 97652707



KISKÉYIHTÊN CÍ?

Ka-kî-wícihâw kicawâsimisak nawac ta-wêhcasiniyow kiki wiyawâw ka-ayâcîk cîstahowin.

Nawac miywâsin ta-wíhtamahcîk awâsisak ohci cîstahokawêwin pâmwayês cîstahowêwin. Píkiskwâtatîk kicawâsimisak mâna wíhtamowîk:

- Tânehki ka-cîstahohcîk: “Ta-kanawêyimikoyin, kiwítotîmâkanak êkwa kiwícêwâkanak kanawêyihtâkosiwin!”
- Kîkway ta-ispayin: “Maskihkiy ka-mêkawin kispitonihk.”
- Tâniisi namôsihtân: “Ka-môsihon cahkahiwêwin kispitonihk êwako môsihowin tâpiskôc cîstinamowin, mâka mitoni aciyâw kiki! Ka-kî-wícihtân nawac iyikohk ta-kiyamapêyin”.
- Sîhkimîk kicawâsimisak ta-tahkonahkîk ka-miywêhtahkîk omêcawâkanis, masinahikan ahpô nikamowin isi kiyokêwin.



MIKISIWI-PÎSIM



Louis Riel Kîsikâw êwako nistoakimihci Pêyako-kîsikâw ispihk Mikisiwi-pîsim
Wâpikwanîwinâkwon Kîsikâw êwako iskwêyâc Nisto-kîsikâw ispihk Mikisiwi-pîsim

1	
2	Winasakâcihp Kîsikâw
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	Sâkihitowi Kîsikâw
15	

16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	



Aniki maka k eht yiniwak aw sisak, oski-ayak  kwa k si-ohpikiwiyniwak?

T nisi isi ta-w cihit kicaw simis m kw c c stahow win:

- P kiskw ta kicaw simis w pac ta-kway cihow kiki c stahow win.
- Kakw   st y yihthak. Kicaw simis ta-kisk yihtham k spin kis kisin ahp  ka-wan yihthamin m na ta-k -ohpikiwi ki-p kw yihthamowin isi s kisiwin ahp  kis wasowin.
- Micimina m na p kiskwata kicaw simis m kw c c stahow win.
- Wan hiw win kicaw simis m kw c c stahow win asici:
 - Ka-miyw htahkik om caw kanis, masinahikan ahp  nikamowin
 - W thamow  cimowina ahp  wawiyasowin
 - Kakw cim kicaw simis ta-akihcik t
 - Kakw cim kicaw simis ta-ohat mow
 - Kakw cim kicaw simis ta-y kic nahk kicihc y m kw c c stahikan
- S hkim kicaw simis. K spin nitaw yihthakwan ayiw k p yak c stahikan, akihcik  asici wiya m na w thamow is hk k kac ka-p yohk.
- Nam y n nitaw k spin kicaw simis m tow m kw c  kwa/ahp  mw stas c stahow win.  kwaskitina m na k kecihitik.
- Mw stas c stahow win, mamihcim kicaw simis ka-s hk mot. Kiy m k spin kicaw simis k - yimihow, mistahi mamihcim. Nam y w hcasin ta-kiyamap hk!

Mihc t osk- yiw wak m na k si-ohpikiwiyniwak s kisiwak ohci ki-c stahokaw win. Kostamowin c stahikana ahp  w sak yihthamowin ta-k -nanihk tisiw mihc t ayisiyiniw ahp  kit htam yihtham. Samatapiwin, ohtat mow,  h pim  itapi, m na k mw cina kispiton  kota ka-ay yain c stahowin ka-k -w cihikon ta- st y yihthamin p mway s, m kw c  kwa mw stas c stahow win.

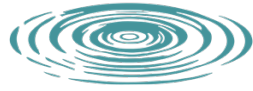
Natohtamowin kitohcik win, nikamowin, ayamihcik win ahp  ka-ayamihk asici ayiwak ta-k -m na w cihikon ka-wan hikon. P kiskw ta kimaskihk wiskw w ahp  maskihk wiyniw ohci itowa t minikana ahp  kotak w sak yihthamowin w cihiw win.



KISK YIHT N C ?

Ka-ohat mow m na kakw  wan hiw win isi ta-m miton yihthamin kotak k kway ta- ciwinam kit htam yihth n ohci c stahikan.

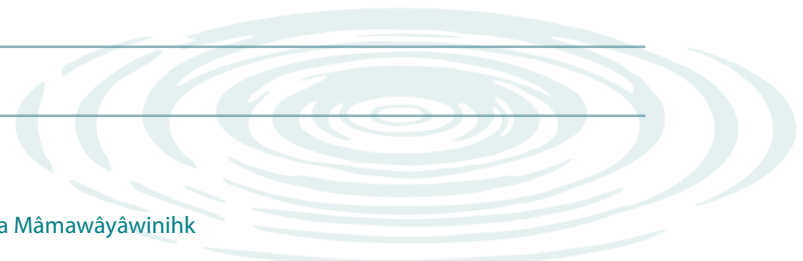
NISKI-PÎSIM



Âpisisiniwi-kîsikâw pahkihtin âyîtaŵâyihk Niski-pîsim 22 êkwa Ayîki-pîsim 25

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	Misiwêskamik Iskwêw Kîsikâw
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	

17	St. Patrick's Kîsikâw
18	
19	
20	Sîkwan Equinox –Nistam Sîkwan Kîsikâw
21	Misiwêskamik Kîsikâw kiki Kîsipayiwîn ohci Pakwâtîtowîn Pîtotêyimowîn
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	



Maskawâtsiwin êkwa sôhkanwa mâmawâyâwinihk!

Cîstahowêwina namôy piko nâtâmostawêw ayisiyiniwa ohci cîstahowin-kiptinikêwin itâspinêwina, wîchiko mîna ta-kiptina sisiwêpayin ohci ôhi âhkosiwina pîhci mâmawâyâwinihk. Awâsisak, oski-ayak êkwa kîsi-ohpikiwiyniwak ka-ayâcik cîstahokawêwin nâtâmostawêw ayisiyiniwa ohci omâmawâyâwinihk êkwâniki êka cêskwa cîstahokawow, ahpô kiki ayisiyiniw namôy ta-kî-cîstahokawow kiki nêsowisiwin nakinikêwin, asici:

- Pêpîsisak astamêhk nîso pîsimwêw
- Osk-âyisak awâsisak êka kahkiyaw cêskwa ka-otihtikow ocîstahowina
- Ayâwâwasow ayisiyiniw
- Ayisiyiniw asici nêsowisiwin êkwânima nêsowihtâw osêpinîwin pihkohtâwin



KISKÊYIHTÊN CÎ?

Cîstahowêwina nâtâmostawêw kicawâsimisak ohci mihcêt miyiwîwin mîna kî-wîchihwêw ta-nakina sisiwêpayiwin ohci itâspinêwina pîhci kimâmawâyâwinihk. Kîspin namôy ki-ayân itâspinêwin, namôy ka-kî-âsokamâkân!



© Credit: iStockPhoto.com, ID 173832595

AYÎKI-PÎSIM



Âpisisiniwi-kîsikâw pahkihtin âyîtaŵâyihk Niski-pîsim 22 êkwa Ayîki-pîsim 25

1	Ayîki-pîsim Cîsihiwê Kîsikâw
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	Askiy Kîsikâw
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	



Kisîpêkinicîhcêwin nakinam sisiwêpayiwin ohci âhkosiwina

Tânispîhk ta-kisîpêkinicîhcêyin:

- Ispîhk kicîhcîya wêpâwa
- Pâmwayês ta-mîcisoyin ahpô ka-saminamin mîciwin
- Mwêstas ka-wayawîstamasoyin
- Mwêstas ka-sinikêyîhkomêyin, ohtostotamowin ahpo cahcâmowin
- Mwêstas ka-saminicik ki-pisiskêmak ahpô kotak pisiskiwak
- Mwêstas wayawîtimihk ka-ayâyin
- Pâmwayês êkwa mwêstas ka-kiyokawit âhkosiw wahkomâkan ahpô wîcêwâkan

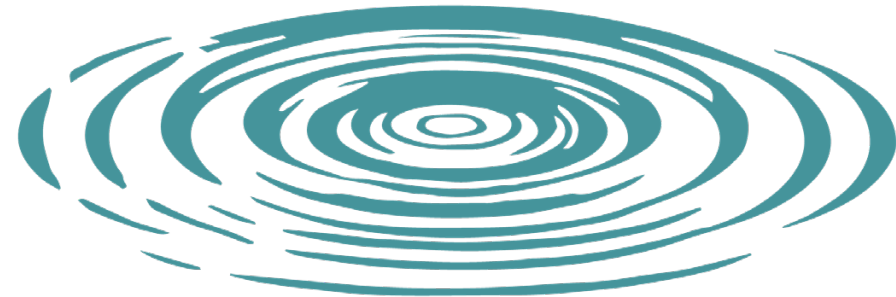
Yahkohtêwin isi miyo kisîpêkinicîhcêwin

1. Sâpopata ki-cîhcîya asici nipiy
2. Kisîpêkinikan âpacihta
3. Pîstêw osihta mîna sinikona kicîhcîya mêkwac ka-akîhcikêyin isko nisîtanâw pâh pèyahtak. Kêhcinahow ta-kisîpêkinamin âyîtawâyîhk kicîhcîsa, otahk kicîhcîya, sîpa kaskasîyak mîna kiskinawâcihowinis
4. Mimikopâtinena kicîhcîya ta-apawacikêhk kahkiyaw kisîpêkinikan
5. Kâsêna kicîhcîya asici kanaci kâsîcihcâkan
6. Kiskinwahamâkê miyo kisîpêkinicîhcêwin isi kicawâsimisak. Ta-nikamowak kiki nisîtanâw cipahikanis mêkwac ka-sinikonahkik ocîhcîywâwa. Ta-kiskêyîhtamwak iyikohk isko katawa ta-kisîpêkinicîhcîhk
7. Kêhcinahow awâsisak ki-wâpamîkwawk sêhkê ta-kisîpêkinicîhcêyin



KISKÊYIHTÊN CÎ?

Kisîpêkinicîhcêwin êwako nawac miywâsin ta-isi nakinamin sisiwêpayiwin ohci miyiwîwin!



SÂKIPAKÂWI-PÎSIM



Okâwîmâw Kîsikâw miyawâtikwan ispîhk nîso-ispayin Ayamihâwi-kîsikâw ohci Sâkipakâwi-pîsim
Okimâskwêw Kîsikâw miyawâtikwan ispîhk Pêyako-kîsikâw pâmwayês Sâkipakâwi-pîsim 25

1		16	
2		17	
3		18	
4		19	
5	Askîy-nînahk Kîsikâw ohci Aswêyîhtamowin kiki Wanihiwêwin êkwa Nipahtâkêwin Nêhiyaw Iskwêwak êkwa Iskwêsisak êkwa 2SLGBTQQIA+ Ayisiyiniwak (MMIWG2SLGBTQQIA+)	20	
6		21	
7		22	
8		23	
9		24	
10		25	
11		26	
12		27	
13		28	
14		29	
15		30	
		31	



Tânitê ta-itohtêhk kiki cîstahokawêwin?

Onîkîhikomâwak êkwa okanawêyihcikêwak kitêyih tamawêwak kiki ocawâsimisa omiyw-âyâwin. Kistêyih tákwan kiki onîkîhikomâwak êkwa kanawêyihcikêwak ta-kiskêyih tãhkik tânispihk êkwa tânitê ta-ayâhk ocawâsimisa cîstahokawêwin. Tânitê ta-ayâhk cîstahokawêwin êwako mamsîwin ohci tânitê ka-wîkiyin – iskonikanihk, ôtênâw ahpô ôcênâs, ahpô pîhci sakâsihk ahpô pâtos-âyihk kîwêtinohk mãmawâyâwinihk.

Pîkiskwâta maskihkîwiskwêw, maskihkîwiyniw, ahpô tipiyaw maskihkîwiyniw pîhci ki-mãmawâyâwinihk. Ka-kî-mîna pîkiskwâk kâ-piskihtahtâhk ahpô tipahaskanihk tipiyaw maskihkîwikamik ta-kêhcinâhoyin tânitê ta-ayâhk ki-cîstahowina.

KISKÊYIHTÊN CÎ?

Kistêyih tákwan kiki onîkîhikomâwak, kanawêyihcikêwak êkwa kotak wîtotûmâkanak ta-otihtikocik ocîstahowina sêhkê mastaw ta-ayâcik cîstahowêwina ta-kanawêymihcik pêpîsimisak êkwa kêhtê-ayak kanawêyih tãkosiwin ohci itâspinêwin. Kawiya wanikiskisi ta-kakwêmit kimaskihkîwiyniw kîspin Kîcîstahowêwina sêhkê mastaw Ka-ayâyin.



© Credit: iStockPhoto.com, ID 1257714700



OPÂSKÂWÊHOWI-PÎSIM



Opâskâwêhowi-pîsim êwako Askiy-nînahk Pêci-nâway Kayas Nêhiyaw Pîsim
Ohtâwîmâw Kîsikâw êwako nistoakimihci Ayamihâwi-kîsikâw ispîhk Opâskâwêhowi-pîsim

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

16	
17	
18	
19	
20	
21	Misiwêskamik ohci Iyiniwak Okîsikâmiwaw Nistam Nîpin Kîsikâw
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	



Kiki ayiwâk kiskêyhtamohiwêwin:

Kânata otasihkêwin Awâsisiwân Mâmahokkamâtowin
<https://cps.ca/en/clinical/immunization-and-vaccines>

Miyw-âyâwin Kânata
www.healthcanada.gc.ca/vaccinate

Nêhiyawak Pamîstakêwin Kânata: Cîstahowêwin kiki Nîstam-Iyiniwak êkwa Ayaskîmow
www.sac-isc.gc.ca/eng/1581522307599/1581522348005

Tîpiyaw Maskihkîwikamik Paminikêwin ohci Kânata
www.publichealth.gc.ca/immunization

Cîstahowêwin Kânata
www.immunize.ca

CANvax
www.canvax.ca

Ôma WASINAHKANIS pamihcikêwin (Têpêyhtamowin, Kakwêcihkêw, Kâmwâciwin, Wanâhiwêwin)
<https://www.aboutkidshealth.ca/card>

Âciwina Wîsakêyhtamowin ohci Cîstahowêwin isi Awâsisak êkwa Oski-ayak: Kiskinwahikêwin kiki onîkihikomâwak
https://caringforkids.cps.ca/uploads/handout_images/painreduction_kidsandteens_e.pdf

Kanawâpahta mîna download ôma kiskêyhtamohiwêwin masinahikan mâmawinikêwin mîna kotak âpacihcikana ka-sîtoska cîstahowin mamisîtotamowin asicâyihk Nîstam-Iyiniwak, Ayaskîmow êkwa Âpihtawikosisânîsak êkwa mâmawâyâwinihk cikâstêpayicikanisihk ita: nccih.ca êkwa nccid.ca.



National Collaborating Centre
for Infectious Diseases
Centre de collaboration nationale
des maladies infectieuses



National Collaborating Centre
for Indigenous Health
Centre de collaboration nationale
de la santé autochtone

KIKI AYIWÂK KISKÊYHTAMOHIWÊWIN:
KIHCI-KISKINWAHAMÂTOWIKAMIK OHCI KÎWÊTIN
BRITISH COLUMBIA
3333 UNIVERSITY WAY, PRINCE GEORGE, BC, V2N 4Z9

1 250 960-5250
NCCIH@UNBC.CA
NCCIH.CA