

Õddmi ke'ttemõš

Vuäppõõzz õddmi ke'ttmõšše:

Õddmid kee'ttet puõccu jue'lğgtaautin, mõök lie tabdd, njiccnjõs, vuârgg da čuežžam.

Ke'tted laa'vje taabd da čuežžam.

Õddmivui'm õõutâst vuäitt ke'tted še čääppädvue'ččid le'be vuõivvaž da mo'ttmešt še kõžžkää'vid. Seämmäst vuäitt še kumppâsted.

Õddmid vo'ddâtte vä'ldded te'l ko ä'hte juõljid da vä'ldde kammsid. Õddmid õlgg pu'ttsted; vä'ldded sõhhsimid meädda da põõssâd, le'be kuä'rdsted sõhssimid.

Ķi'emnn kannat lee'd šõõrâb, aainas 5 -10 le'ttraž.

Vuõ'ste lää'vje piijjad kõlmmčäcca vue'žžid tuõlddad. Õddmid õlgg piijjâd keâ'mmna eman vuõžžī tuõ'lddjem maṇṇa. Õddâm kâ'pšše jiannai sõõrgab ko vue'žž, tõiḁ taa'rbaž ke'ttet nu't 20 minoot, ke'ttet vuõ'ste nu'bb kiešš da joorglatted õddâmtääut nuu'bbiķee'jji.

Te'l ko vue'žž, koot lij õddâmķee'jjest, lij kõpššâm, de õõḁ še lij te'l kõpššâm.

Vue'žž kõpššâm vuäitt ta'rkķeed čuõpstee'l kooska vue'žžķee'jjest. Jos vue'žž ruâpssai, de õõḁ i'lleäķķu võl kõrggnaam, leša jos vue'žž lij kõpššâm de õõḁ še lij.

Õõḁḁ ko lij kõpššâm, de vä'ldded õddâmtaautid ķee'mnest meädda da u'vdded siõmmna čuäckkad, štõ vuäitt tääut čīõcckâd.

Õddmid fe'rttai čīõcckâḁ jõnn-neeī'bin õddâmtähttkēe'jjest kuvddân. Čoocka â'lnn lij pue'rr luõddjed õddâmtääut. Õddâm da vue'žž lij pue'rr poorrâḁ hâ't mâka õõutâst leeī'bin.

Juõ'ķķ â'rnn da oummin še lie jijjâs nää'l õddmi ķe'ttmest, nu't štõ vuäppõõzzin vueī'tte lee'd siõmmna je'rsna'llšem variâânt.

Tât vuä'ppstõs lij ķe'rjtum Maarit-Anni Länsman, Angelist vuä'ppõõzz mie'ldd, nuõrtsää'mäs šiõtt'tõḁḁē'e'l.