

- Fundashonamentu Diario
- Sòru pa bo mes
- Konosé bo límitenan
- Konosementu di salú
- Trata ku tempu
- Trata ku sèn
- Por traha
- Por pidi ayudo

- Kontakto sosial
- Ser tumá na serio
- Hasi kos dibertido huntu
- Apoyo di otro hende
- Forma parti di algu
- Hasi kosnan ku tin sentido
- Interes den komunitat



- Sinti bo saludabel
- Den forma
- No tin keho ni doló
- Drumi
- Kome
- Seksualidat
- Kondishon
- Move



- Kòrda
- Konsentrá
- Komuniká
- Ta alegre
- Aseptá bo mes
- Trata ku kambio
- Sintimentu di kòntròl



- Biba di forma signifikativo
- Entusiasmo pa bida
- Ke logra ideal
- Tin konfiansa
- Aseptá
- Gradesimentu
- Keda siña



- Gosa
- Ta felis
- Sinti bo bon ku bo mes
- Balans
- Sinti bo seif
- Intimidat
- Kon abo ta biba
- Por lora ku bo sèn



Mi ta sinti falta di algu ku ta importante pa mi: _____