

COV LUS QHIA TXOG COV KEV TIV THAIV KOJ TUS KHEEJ THIAB LWM TUS YOG NTSIB XWM TXHEEJ KEV NTXUB NTXAUG

5 Yam Yuav Tau Cim Cia Thaum Kev Ntxub Ntxawg Tshwm Sim



1 | SAIB XYUAS ZOO UA NTEJ

Ntseeg koj tus kheej lub siab xav thiab kuaj ib puag ncig ntawm koj. Yog koj xav tias tsis muaj kev nyab xeeb thiab yog koj ua tau, ces tawm ntawm thaj tsam ntawd.



2 | NYOB TUS, TXHOB POOB SIAB

Ua pa thiab tshuab pa tawm, tsis txhob ntsia ntsoov los yog ntsia ncaj qha rau tus neeg ua kev ntxub ntxaug, tswj lub cev nyob twj ywm / nyob tus.



3 | HAI LUS TAWM

(Yog lub caij nyooq tsis muaj kev txaus ntshai loj)
Siv lub suab tus thiab khov kho los qhia rau tus neeg kom nws txav deb ntawm koj thiab qhia nws txog nws tus cwj pwm tsis zoo thiab cov lus phem.



4 | NRHIAV KEV PAB SAI LI SAI TAU

Nug cov neeg uas nyob thiab sawv ze ntawm koj los pab thiab daws teeb meem.



5 | NRHIAV KEV TXHAWB NQA YOG MUAJ KEV NYUAJ SIAB / NTXHOV SIAB

Thaum muaj kev nyab xeeb lawm, siv sijhawm rub koj tus kheej uake thiab nrog ib tug neeg tham txog yam uas tau tshwm sim. Nco ntsoov tias qhov no tsis yog tim koj, thiab tsis yog koj ib leeg xwb thiaj muaj qhov xwm txheej no tshwm sim.

5 Txoj Hauv Kev Koj Tuaj Yeem Pab Tau Yog Koj Pom Xwm Txheej Kev Ntxub Ntxaug / Kev Ua Tsis Ncaj Ncees Rau Tib Neeg

1 | MUS MUAB KEV PAB TXHAWB NQA

Mus cuag tus neeg uas raug kev ntxub ntxaug / kev ua tsis ncaj ncees, qhia koj tus kheej rau nws, thiab pab muab kev txhawb nqa rau nws.

2 | UA ZOO MLOOG TUS NEEG NTAWD

Ua ntej koj yuav txiav txim siab ua lwm yam kev pab thiab pub kev txhawb rau tus neeg, koj yuav tsum hwm tus neeg ntawd txoj kev xav. Soj ntsuam qhov xwm txheej zoo zoo ua ntej.

3 | TXHOB QUAV NTSEJ TUS NEEG TSIM KEV KUB NTXHOV

Siv koj lub suab hais lus, los yog koj tus yam ntxwv kom tus, thiab tham txog lwm yam los pab txo tej teeb meem kom txhob kub ntxiv mus.

4 | KOOM NROG TUS NEEG KOM TSIS TXHOB RAUG KEV NTXUB NTXAUG NTXIV

Yog qhov teeb meem tsis paub xaus, caw tus neeg raug kev ntxub ntxaug nrog koj tawm qhov chaw ntawd.

5 | PAB TXHAWB NQA YOG MUAJ KEV NYUAJ SIAB / NTXHOV SIAB

Nug seb tus neeg raug kev ntxub ntxaug nyob zoo li cas. Pab nws kom nws paub tias nws yuav ua dab tsi ntxiv.

MUS RAU STOPAAPIHATE.ORG KOM PAUB
NTXIV LOSSIS MUS QHIA TXOG KOJ QHOV
XWM TXHEEJ NTXUB NTXAUG UAS TAU
TSHWM SIM.

STOP
AAP
IHATE