

Txhawb txoj kev pab yus

tus kheej rau cov tub/ntxhais hluas

**Cov tub/ntxhais mas nyuaj siab heev tshaj;
kev pab yus tus kheej kuj pheej yig thiab sai,
tab sis pab tau zoo heev.**



Txhawb cov Tub Ntxhais Hluas:
Kev Noj Qab Nyob Zoo Sau Hlwb

Pab yus tus kheej yog txhua yam uas koj nyiam ua kom pab kom koj zoo siab thiab kom nyob zoo, lub hlwb thiab lub siab zoo. Thaum twg koj siv sij hawm los tu koj tus kheej.

Qhov peb paub

- ★ Nws yog ib yam tseem ceeb uas yog tus neeg laus uas muaj kev txhawb cov tub/ntxhais hluas lub neej. Txoj kev sib txhawb kev sib raug zoo, tsim txuj ci, thiab cov kev kom ua zoo tsim txoj kev mob siab ua neej.
- ★ Raws li lub koos haum American Psychological Association, cov tub/ntxhais hluas muaj kev nyuaj siab tshaj, thiab muaj kev ntxhov siab thiab nyuaj siab ntsws tshaj txhua hom neeg.
- ★ Xyaum tswj cov kev nyuaj siab mas tseem ceeb rau txoj kev txawj loj hlob.
- ★ Cov neeg laus uas txawj hhub thiab meej pem yog cov neeg los tiv thaiv txoj kev sib raug zoo thiab txhawb cov kev xws li pab yus tus kheej.



Tus Tswv Hauj Lwm Ntawm (EEO/AA), ntawm lub Tsev Kawm Ntawm Qib Siab (University of Wisconsin-Madison Division of Extension) pab rau kev ncaj ncees txog kev hauj lwm thiab kev pab cuam, xws li nyob rau hauv Title VI, Title IX, ntawm tsab cai Americans with Disabilities Act (ADA) yuav tsum kom muaj thiab Feem 504 ntawm the Txoj Cai Kev Pab Rov Tsim Kho Uas Tau Teev Tseg.

Txhawb txoj kev pab yus tus kheej rau cov tub/ntxhais hluas

Yam twg koj thiaj ua tau

12 Txoj Kev Qhia Pab Tus Tus Kheej

Ua cov yeeb yam
kom zoo li qub
xwb.

Nrhiav tswv yim zoo:
xim, kos duab, sau
tseg, tsim yas suab,
lwm yam.

Mus lam hlwb
haus cua. Mus ua
si tom tej hav
zoov.

Xyaum ua pa
kom qeeb
thiab kom loj.

Xyaum kom paub
thiab qhia tau koj
txoj kev mob siab.

Noj zaub mov
kom zoo.

So hmo ntuj
kom txaus.

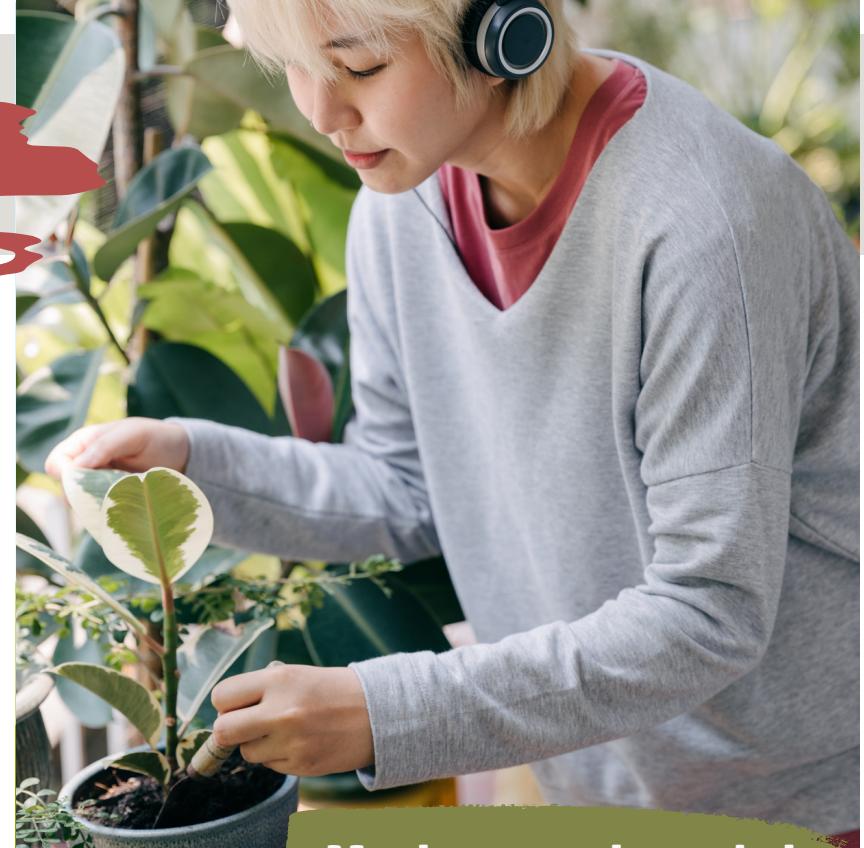
Kav tsij mus! Txhua
yam yeeb yam mas
yeej muaj kev zoo
xwb.

Siv sij hawm los
ua ntuj tsaug
rau txhua hnub.

Sib txaus lus
nrog cov phooj
ywg uas muaj
siab txhawb yus.

Ua sin rog ib tus
tsiaj uas koj tu.

Ua ib yam
txhua hnub uas
koj zoo siab
hlo ua.



Muaj ntau ntxiv rau koj

Peb yuav tsum nco ntsoov tias cov laus txoj kev tu lawv
tus kheej txawv ntawm cov tub/ntxhais hluas cov tswv
yim. Kom paub txog cov tub/ntxhais hluas xav li cas rau
cov yeeb yam tu yus tus kheej. Sim qee yam kev ncab
tes taw uas yuav txhawb cov menuam kom lawv pom
seb hom twg zoo tshaj rau lawv.

Koj mus nrhiav tau cov kev pab qhia thiab kev pab ntxiv
yam mus saib



go.wisc.edu/youthtoolkit