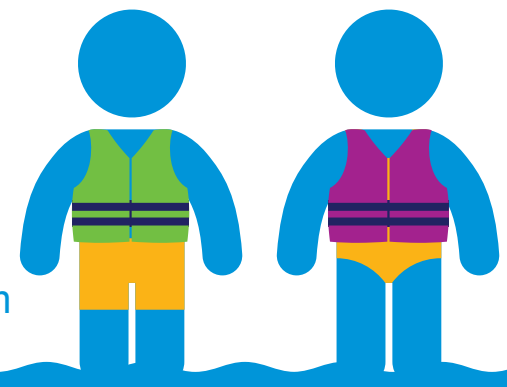
Cov Ntaub Ntawv Kev Nyab Xeeb Ntawm Tus Dej

rau Cov Niam Txiv thiab Cov Me Nyuam



Thaum mus saib ntau tus dej thiab pas dej ntawm Cheeb Tsam Nroog Sacramento, txhua leej txhua tus yuav tsum hnav lub tsho cawm siav kom haum zoo thaum nuv ntses, caij nkoj, ua luam dej, ntab los sis taug hav dej, thiab raws li txoj cai, cov me nyuam yaus hnub nyoog qis dua 13 xyoos yuav tsum hnav lub tsho cawm siav.

Yog tias koj tsis muaj lub tsho cawm siav, muaj lub tsho cawm siav ntawm Ancil Hoffman Park, Discovery Park (ob qhov chaw), Sand Cove, Howe Avenue, Paradise Beach, Sunrise, Watt Avenue qhov chaw nkag mus thiab tseem muaj qhov chaw rauv taws hauv zej zog ntau.

Cov Lus Qhia Txog Kev Nyab Xeeb Ntawm Tus Dej

- Ua tib zoo saib xyuas cov me nyuam yaus. Tsis txhob cia me nyuam nyob ib leeg hauv los sis ze dej.
- Kawm paub kev ua luam dej. Txawm tias muaj lub tsho cawm siav, kev paub ua luam dej yog qhov tseem ceeb kom nyob nyab xeeb.
- Nyob kom nrug deb ntawm qhov dej tob. Nyob ze ntawm ntug dej kom tsis txhob poob mus thiab cov dej ntws..
- Ceev faj txog kev phom sij. Rau cov khau mus hauv hav dej txhawm rau tiv thaiv koj ob txhais taw los ntawm kev puas tsuaj rau hauv cov dej nro.
- Tiv thaiv koj tus kheej. Tsis txhob pheej hmoo koj txoj sia txhawm rau khaws tej yam khoom uas ntab ntws tawm ntawm koj mus..
- Ua raws li tej cim. Nyeem cov cim uas koj pom hauv cheeb tsam ua ntej mus hauv pas dej.
- Tsis txhob haus cawv thiab yeeb tshuaj. Lawv cuam tshuam koj qhov kev txiav txim thiab kev sib koom tes.
- Pleev cov tshuaj tiv thaiv hnub tiv thaiv dej. Pleev 30 feeb ua ntej ua ub ua no thiab rov pleev dua txhua 2 teev.
- Tsis txhob siv txoj hlua viav vias lossis dhia ntawm tus choj. Tsis txhob pheej hmoo raug mob los ntawm kev poob mus rau hauv dej ntiav los sis los ntawm cov ceg ntoo lov.
- Yuav pab ib tug neeg muaj teeb meem li cas. Qw hu "Pab" kom tau txais kev mloog. Muab tus pas nres, tus ceg ntoo, los sis tus pas nkuam nkoj ncav mus rau ib tus neeg. Los sis, pov lub tsho cawm siav los sis lub thawv rau dej khov kom pab lawv ua luam dej tau kom txog thaum lawv muaj peev xwm mus txog ntug dej los sis pab kom los txog.

SAFE KIDS GREATER SACRAMENTO

Coj los ntawm

Dignity Health. Mercy San Juan Medical Center

SACRAMENTO COUNTY
DEPARTMENT OF HEALTH SERVICES
Division of Public Health

Kawm paub ntxiv ntawm www.safekidssacramento.org thiab www.saccounty.net.

*Hloov kho los ntawm Cheeb Tsam Nroog Sacramento Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Cov Chaw Ua Si Hauv Cheeb Tsam