

# KEV COB QHIA TXOG ACTIVE BYSTANDER YOG DAB TSI?



## ACTIVE BYSTANDER YOG LEEJ TWG?

Nws yog leej twg los tau muaj hnuv nyoog li cas los tau, haiv neeg, lossis yog txiv neeg poj niam uas txiav txim siab los xaiv tej yam me siv lawv cov lus thiab/lossis kev ua cuam tshuam thaum lawv pom tej yam tshwm sim ua tau nruj tsiv hauv zej zog.

## ACTIVE BYSTANDER ZOO PIV TXWV LI CAS

- Yooj yim npaum hais qhia rau tus neeg txais nyiaj paub hais tias muaj ib khub sib ceg hauv khw.
- Mus saib xyuas ib tus phooj ywg uas pib siv kev zam kom mus ua si tsis tau vim muaj hluas nraug tshiab.
- Yog xiav qhia tawm ib qho post uas txaj muag thiab siab phem tsis txhob qhia tawm.
- Nws yog hais koj tus phooj ywg thaum lawv tso dag txog kev quab yuam deev, poj niam, lossis kev ua niam ntiav.



## UA CAS KEV COB QHIA TSEEM CEEB?

- Txhawb pej xeem, phooj ywg, cov neeg paub, niam, txiv, kom muaj hauv kev ntau yam cuam tshuam uas lawv pom lawv tus kheej ua tau – los teeb tsa cov cai hauv peb zej zog tias peb tsis zam kev nruj tsiv.
- Kom nkag siab zoo txog cov kev thaiv yus tus kheej ua tau rau yus tsis cheem.
- Rau peb sawv daws tuaj ib qho me pab tiv thaiv kev nruj tsiv, & hloov kev lig kev cai & cov cai.

## PAUB TXOG HOM KEV NRUJ TSIV PEB XAV TIV THAIV

### Kev nruj tsiv ntawm ib khub uas sib hlub

Cwj pwj tsim txom (raug lub cev, lus, yuam deev, lossis kev xav) ib tug neeg siv los tswj tus neeg hauv kev sib raug.

### Kev quab yuam deev

Tsis xav pub deev lossis yuav deev tsis tau tso cai.

### Cyber thab plaub/Nyiaj soj

Thaum muaj ib tug neeg post, sau tawm, lossis xa lus thab plaub, xyav lus xaiv, lossis cov daub koj tsis tau tso cai siv tso rau internet, social media, lossis text message; lossis ib tug neeg uas tshwm ntawm qhov chaw koj mus ua si uas koj nyuam qhuav post online.

