



LUNGRETHEIHNAK KHUAKHAANNAK



A HARBKMI RIAN TUAN:

A tanglei duhnak thawngthanhnak a phi a pe ding minung zeizat dah na hngalh hna?

BAWMHNAK DUHHE RH!

Atthatnakangeimin

Paasiloahnucaahrian

Alethnihasiloahalett

Zarhpilezarhtekharasiloa

THAWKNAK AH \$0.0

 247 Anywhere St., Any Cit



KUM 18

Caan Sau Biakamnak
(A tlawmbik kum 18)



THAZANG SANG

Rikhiah um lomi Taksa le
Thinlung Thazaang A Herh

Thlahlawhhlawm, lu

MAH LE MAH ZOHKHENHNAK KHA CAWNG:

A tlamtling dih mi nulepa an um lo! Mi vialte nih a caan ah bawmhnak an herh. Nu le pa si cu nunnak ah a har bikmi rian pakhat a si, asinain cawnpiknak tlawm bik kan hmuhmi a si. Tha tein tuah na duhmi thil vialte he aa lo in, nulepa sinak nih rian kha tha deuh in tuan khawhnak lam phunphun cawn a hau. Nulepa pakhat dirhmun in na thilti khawhnak kha ttha tein hman khawhnak ding caah lungretheihnak tawlrelnak caah hi ruahnak cheuhnak hna hi i zuam.

• Nangmah le Nangmah I Hloh

Na thaw fak pi in chuah, lam kal, na mit kha khar law pahra tiang rel, hla ngai, caan tawite chung TV zoh asiloah rili kam dawh ah ni lum le thli nemte he naa dinh lio kha ruat -- thil sining chungin i hlat sawhsawh. Lungthin lei dinh caan tawite lak cu hmuhning thar he lungretheihnak ton khawhnak lam a si kho.

• Bawmhnak Kawl

Chungkhar le hawikom bawmhnak i bochan. Nangmah le nangmah aa lawmhertu, ruahchannak a pemi, asiloah dawtnak a ngeimi hna sinah va kal. Anmah he i zuamcawhnak hna kha tawlrel hna asiloah nulepa sinak in caan tawite dinh caan pek awkah na fale zoh awkah caan khiah piak hna. Thil sining a biapi tuk hlan ah dinh caan suai cu a fim i ruahchannak he na i ruahchanmi tinhmi a pek khawh.

• Ngandam tein um

Nangmah le nangmah kha ngandam tein um. Rawl ttha tein ei, pum cawlcanghnak tuah lengmang, ih caan tam deuh ngei, cun na pumsa damnak kha biapi ah chia. Mah nih hin ngakchia zohkhenhnak caah chungkhar asiloah hawikom bochan tinak a si kho -- asinain nulepa sinak zuamcawhnak ah na pum kha ttha tein chia a biapi.

• Cazin pakhat tuah

Na tuah duhmi thil hna kha cazin ah khumh law TUAH HNA!! Thilri tlawmpal thim law an caah caan pe. Chungkhar le hawikom kha bawmh hal hna. Lungretheihnak hloh khawhnak lam tha taktak a si.

• Buainak ton ding i Ruahchan

Buainak a chuahter khomi thil hna kha rak i ruahchan. Na ngakchia nih stereo he lentecelh a duh i cu nih cun an in buaiter ahcun, stereo kha thial. A nuammi le a himmi lentecelhna thilri hna he thleng. Na fa caah a hleiin lentecelhna hmun sernak thawngin, buainak a chuah hlanah na kham khawh.

• Lungretheihnak Kong Chim

Na lungretheihnak kong kha ruahnak petu, zumhawktlak ruahnak cheutu asiloah hawikom he bia i ruah. Caankhat cun na lung chungin thil chuah sawhsawh nak ah a bawmh.

• Lungretheihnak Um lo Tuanbia

Lungretheihnak um loin nulepa sinak timi cu a hmaan lomi a si -- asinain a ttha deuhmi nulepa si khawhnak ding caah na lungthin uk khawhnak lam na hmuh khawh.

KANMAH KONG TAM DEUH

Ngakchia hremnak khamnak Indiana cu ngakchia hremnak le zohkhenh lonak khamnak caah aa tinh. Cutin tuahnak thawngin, Indiana cu kan fale caah a him deuhmi, a ttha deuhmi hmun ah kan ser.



THAWNGPANG LE BAWMHNAC HNA

I runvennak le nulepa zohkhenhnak kong tam deuh le bawmhnak caah, kan website ah va zoh asiloah **1.800.CHILDREN** (1.800.244.5373), **211** Emergency Line, asiloah **988** Suicide Hotline ah chawn.



NGAKCHIA HREMNAK KHA REPORT TUAH

Ngakchia hremnak le zohkhenh lonak report tuah awkah **1.800.800.5556**



KAN THA CHUAHMI HI THA KAN PE

Kids First License Plate cawknak in ngakchia fahnak peknak le zohkhenh lonak khamnak caah ramkulh pumpi kan riantuannak bawmhchanh. A dang theihhngalhnak caah na umnak BMV asiloah www.in.gov/dcs/2456.htm ah va kal.