



NANGMAH LE NANGMAH FIMICHIM

Zawtnak khamnak zung (CDC) nih ram pumpi huap in kum 1-4 kar ngakchia hna caah hliamhma ruangah thihnak a chuahtertu bik a si tiah a thanh. Nifatin United States ah, a tlangpi in ruahlopi in thihnak 11 a chuak i, kum khat ah a dihlak in thihnak 4,000 hrawng a um. Indiana ah, 2018-2021 tiang ah tichung pil in a thimi dihlak 216 an um.

Zohkhenhnak

Ngakchia nih ti hnimh a thiam ko zongah, a pawngkam ah ti a um tikah zohkhenh peng an herh. Ngakchia pakhat nih a phak khawhnak hmun ah mi pakhatkhat a um zungzal nakhnga zohkhenh, a hlei in kum 5 tang ngakchia hna caah.

Zohkhenh Lomi Lentecelhnak A Um Lo

Lentecelhnak thilri kha ti chungah chia hlah, zeicahtiah ngakchia nih an zulh khawh hna. Ngakchia tete na ngeih ahcun dawh ngaimi saram/lentecelhnak thilri bantuk a simi chlorine floaters zong hrial ding a si.

Ti kha hlonh

Ti kholhnak tidil, ti kholhnak kuang, bawm, asiloah ti a tla khomi thil paohpaoh kha hlonh hna law a hnulei in mer hna.

Tidil

Ti dil himnak khuhnak le ralrin peknak nih huhphenhnak a pek. Tidil vialte kha zoh hna law khuadawm an um lo ti kha zohfel.

Khuachung Tidil

Khuachung ti dil na ngeih ahcun, nunnak khamhtu a um ti kha i cinken, asinain nunnak khamhtu hna cu ngakchia zohkhenhtu an si lo!

Vawlei cung Tidil

Hlei, innleng thilri le lentecelhnak thilri pawl kha hlat deuh ah chia hna. Ngakchia tete cu na ruahnak nakin tlang kai thiam an si.

Hnahnawh tu thil hna

Hnahnawh tu thil hna (phone, electronic thilri, midang he i tonnak) kha tlawmter.

Hau le Kutka

Mipi tidil, ti khonnak tidil asiloah tidil paohpaoh ah innkaa le kharmi kutka hna kha dirkamh. Upa lawng nih tawhfung an ngeih awk a si. a tlawmbik pe 4 a sangmi 4-sided fencing tuah ding in ruahnak cheuh a si. Cu khamnak ah cun amah tein aa khar khomi le ngakchia nih an phak khawh lonak hmun ah amah tein aa khar khomi kutka aa tel awk a si. Ti dilnak thilri cu innkaa he aa hlatnak ah chia hding a si caah tthutdan ah hman khawh a si lai lo.

Ngakchia Fimcawnnak

Ngakchia pawl kha ti tthiung, nunnak khamhnak angki a biapitnak le ti thuk lo ah pilnak kong cawnpia hna. Ngakchia upa deuh hmanh kha zohkhenhnak tha le nunnak khamhnak angki hruk loin tiva asiloah tidil chung kalnak tthiung kong kha cawnpia hna. Ti chung i pilnak asiloah ti chung zuannak kong kha theihter hna, a hlei in a tanglei an hmuh khawh lo ahcun. A him lomi rang tuknak cu ti chungah tuah awk a simi thil a si lo.

A khal mi Ti

Tidil, tivate le tidil hna cung i tikhal kha hrial. Tikhal cu zeitluk in dah a chah asiloah a feh timi hngalh a har. Tikhal chungin tlaknak nih tichung pilnak, thihnak, asiloah a dang ngandamnak lei harnak fakpi a chuahter khawh, cu hna cu hypothermia tibantuk an si.

Zu hrial

Ti pawng ah zu din cu tihnung ngai a si kho. Ritnak nih biaceihnak a hrawh khawh, tihnung deuh in tuah khawhnak, riantuan tti khawh lonak le lehrulhnak caan a hrawh khawh.

NANGMAH LE NANGMAH I CAWN PIAK

A kih le a lum

Inn ah ti lum lumternak cu 120° Fahrenheit ah chiah ding a si. Nulepa le zohkhenhtu hna nih innchung ti lum cu ngakchia caah a him ti hngalh khawhnak ding caah meikhu khamnak thilri zong an chap khawh.

Ngakchia Himnak

Ngakchia pawngkam ah zunput tthutnak khar kha thumh

Phunghram asi

Indiana upadi nih cun tilawng a kal lio ah kum 13 tang ngakchia nih US rili kam ralvengtu hna nih an cohlanmi nunnak khamhnak angki (US Coast Guard Approved Life Jacket) an i hruk a hau tiah a ti. Nunnak khamhnak Angki (Life Jacket) cu upa zohkhenhnak aiawhtu a si lo.

Ti lio Cawnnak

Na fa le nangmah caah ti lio cawnnak ah min pe. Ti lio cawnnak cu tichung pil in thihnak khamnak caah a biapi tukmi a si..

Chanhchuahnak Fimcawnnak

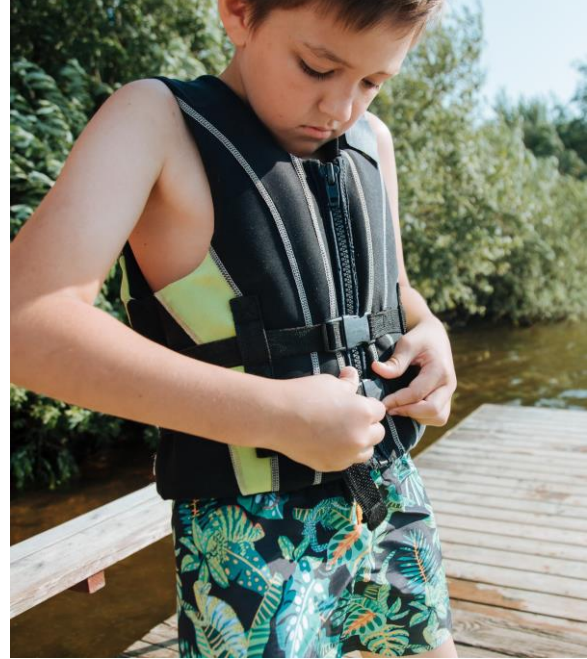
CPR cawng law chanhchuahnak thilri, phone le emergency nambar pawl kha tidil vialte pawng ah chiah.

Ngakchia zohkhenhtu le chungkhar

Ti himnak kong he pehtlai in na fale a zohkhenhtu paoh kha cawnpiak hna. An thilri kha zohfel law na fa ti pawng ah a um khawhnak kong kha hal hna.

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.



TIMHTUAHNA K TUAH

athami dea loff u n b utit
ngaihchiatnak zong a
chuahpi khawh.
Timhtuahnak fawimi in kan

PCAIN.ORG



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) ah chawn.



NGAKCHIA HREMNAK KHA REPORT TUAH

Ngakchia hremnak le zohkhenh lonak report tuah awkah **1.800.800.5556** ah chawnh khawh a si



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.

HMUNKHATAH, KHAMNAK CU KAN T UAH KHAWH.