



## Tipung himnak

Lentecelh lio ah tipung chungah a tla kho menmi bawhte pawl le lamkal a thiamka pawl cu kalan panga ti aa tlummi tipung nih a thihpheih khawh hna i cawl kholo in a umter khawh aaruang cu riantuantinak le a cunglei takpum thazaang an ngeih lo caah a si.

Tipung pawl dihlah cu lawnter law ngakchia pawl phak khawh lonak ah chia hna.

## Hawhra himnak

Khuasik thla pawl lio ah, ti a khalmi tidil le tibual pawl hngal hna cuka hmun ahcun hawhra a chah kho. Mahka hmun pawl ahcun lamkal hlah asilole leng i cit hlah.

## Dum i tidil himnak

Ngakchia pawl nih kokek sinak ah thil hngalh an duh i ti kha duhnung taktakmi ah an hmuh. Tibual kam i hramh a ummi pawl zong nih ti chung a pilmi ngakchia hmuhnak a hartertu, tihunnak a tamtertut an si kho men.

Ngakchia no pawl le dum ah tidil na ngeih ahcun, hihi ruat:

- An upat deuh hlan chung dum i tidil ah tikhahternak.
- Upa zalak in a bawm kho dingmi a himmi achin ser dingah tibual dihlah a hakmi screen bunhmi cu ti a ummi zat in a cunglei ah a tlawmbik lehmah pakhat si peng seh.
- Tidil pawngkam kha kulhnaak tuah le ngakchia khamnak tawh he amah tein aa kharmi kutka bunhnaak.

Ngakchia pawl cu a leng i an um tikah zohkhenh peng hna. Ngakchia pakhat cu a lengchuah in innpa i dum chung a ummi tibual lei hoih in kal thluahmah dingah caan tlawmpal te lawng a rau.

## NUNNAK KHAM:

Ti pawngkam ah ngakchia pawl cu zohkhenh peng hna.



Get water wise...  
**SUPERVISE!**



Illinois Department of  
**DCFS**  
Children & Family Services

DCFS.Illinois.gov

Illinois Pine i Nawngeihnak he ca in chuahmi  
DCFS #653 • May 2023 • khawpi 6,000  
CFS 1050-78 • rev 5/2/23 • Chinese Hakka

Ti fimkhur tein  
hmang...  
**ZOHKHENH!**



*“Chikhat chung te lawng  
tikholhnaak ah ka chiah ta.”*

Zohkhenhtu kha fon, innka i chiah darkhing, asilole adang ngakchia pawl nih lungvaihter lio ah ngakchia pakhat ti chung pil kha chikhat te lawng a rau.

Illinois Department of  
**DCFS**  
Children & Family Services

## Tichung pilnak cu kum khat in kum li karlak ngakchia caah ruah lo piin thihnak a chuahpi biktu a si.

Tichung pilnak a tam-u cu zohkhenhtu lungvai in a um lio ah zohkhenhnak zalak in buah lomi nih a chuahpi.

Ngakchia no pawl cu ti tlawmpal te a um zongah rang tein le dai tein an pil. Tichung a pilmi ngakchia paohpaoh caah, nunnak a thlengmi thluak rawhnak a chuahpi khomi hliamhma pawl caah lakhruak sii lei zohkhenhnak a tamdeuhmi panga an herh. Na zohkhenhmi ngakchia pakhat kha tichung pil dengmangnak a ton ahcun, zohfelnak buah chap dingah sii lei thlopnak kawl colh.

Ngakchiat lio tichung pilnak pawl cu innhnu lei i tilionak tili, tikholhnak kuang, bawhte tilionak, tamhmi dum i a ummi tidil, tibual le tiva, kahcham le pung pawl hmanh ah a cang. Thawngtha a simi cu ngakchia pawl ti pawngkam i an um tikah tha tein zohkhenh peng nak nih mah tichung pilnak tihnung pawl cu runven khawh a si.

## Tilionak tidil himnak

Ngakchia pawl cu tidil chung an um lio ah tilio a thiammi upa pakhat kha zoh ding ah riankhinh. Ngakchia zoh lio ah zohkhenhtu upa nih carel, fon i chawnh, hramh riam, tidil pawngah chiahta asilole a hnulei ah kirter, asilole adang lungvaihnak lei cawlcanghnak pakhat khat a buah lai lo.

- Na fale cu tilio an cawn ruangah 'ti chungah a pil kho lo ding' tiin ruat hna hlah.
- Hlei, a leng i chiahmi cabuai thutdan le lentecelhnak pawl cu vawlei a cung tidil pawl in a hlatnak ah chia hna. Lamkal a thiamka pawl cu na ruahnak nak in an kai kho deuh.
- Na tidil kha tha tein kulh uh law amah tein aa kharmi, amah tein aa hrenhmi kutka kha bunh. Tidil him teih khuhnak le ralrin peknak nih chapchihmi runvennak a pek.
- Ngakchia no pawl nih pumpak ticung i vuannak



sehthilri an i hruk asilole hman a hau, asinain hi sehthilri pawl nih upa zohkhenhnak kha a ai-rolh hlah. Anmah pawl cu ngakchia tangin thli an zop kho asilole an pelh kho i ngakchia kha tihnung dirhmun ah a chiahta kho hna.

- Nau-umhtu le adang zohkhenhtu pawl kha ti pawngkam asilole ti chungah ngakchia pawl kha ruah lo piin chiahta lo dingin theihter than hna.
- Tidil kha thiang tein chia law hman a si lo lio ah acung ah a vuanmi pawl le adang lentecelhnak pawl kha hlonh hna. Ti a nawimi le ti cungah thilri a vuanmi pawl nih ngakchia hmuhnak kha a donh khawh.
- CPR kha cawng law khamnak thilthuam, telefon le tidil dihak pawng i lakhruak poipang ca chawnkhawhnak nambar kha i chiah. Thihnak asilole a fakmi hliamhma putnak runvennak ah chikkhat te kha a biapi tuk.

## Bawhte tilionak tidil himnak

Cawk hlan ah tidil paohpaoh caah ralrin peknak catialmi pawl le kum rikhiahi pawl kha rel law, a sertu sehzung i lamhmuhsaknak pawl kha tha tein i fiang.

- Bawhte cu tidil chung an um lio ah kut nih a phak khawhnak chungah chia peng hna.
- Lamkal a thiamka asilole bawhte pawl tidil chung i zohkhenh lio ah cauk rel hlah, kutput fon in i chawn hlah asilole adang lungvaihtertu pakhat khat

buah hlah.

- Bawhte tidil kha hman dih in lawnter colh law a bawktakhup in chia.
- Bawhte tidil pawl i a puannak ruangah humhimnak lei ah a palhmi khuaruahnak ngei hlah. Ngakchia no pawl cu ti tlawmpal te a um zongah an pil.

## Tikholhnak khaan himnak

Tikholhnak kuang chungah ngakchia no kha amah lawngin zeitik hmanh ah kaltaak hlah asilole a no deuhmi ngakchia kha a chuahpi unau zohter hlah. Tikholhnak khaan in chuah na herh ahcun, na fa kha i kalpi.

Bawhte tikholhnak kuang le tikholhnak kuang i thutdan pawl ci tikholhnak lei bawmtu an si, himnak lei sehthilri an si lo.

Ek-inn achin kha a tanglei ah chia law ngakchia pawl nih achin an on khawh lonak dingah ek-inn thutdan tawh hmang.

Zohkhenh lo lio ah tikholhnak khaan in ngakchia pawl an chuah lonak dingah tikholhnak khaan innka kha hrenh ta.

## Tibual le tiva himnak

Pangpar dum nuamhsaihnak nan buah asilole tiva pawng i deu chungah erhak nan ngeih ahcun, ti a umnak zawn kha kawl, cu ticun ngakchia a tlaw ahcun kawl hmasatnak na hngalh lai.

Ngakchia pawl cu tibual le tiva pawl i tilio tikah nunkhamnak angki an i hruk peng a hau.

Tibual asilole tiva i tilionak cu tidil i tilionak he aa dang i ti a umtuning ruahpalh a fawi. Ti chungah lu lei in zuan a himlo kha upa deuh ngakchia pawl kha cawnpiak hna aruang cu a puan tukmi a si kho i a nawimi asilole ran tak in a cawlmi ti an si kho mentikam i dirnak in hmuh khawh lomi ti chungah aa thupmi tihnung pawl an um kho men.