

Tuaj Koj Tog

Pab pub dawb thiab tsis qhia luag tej

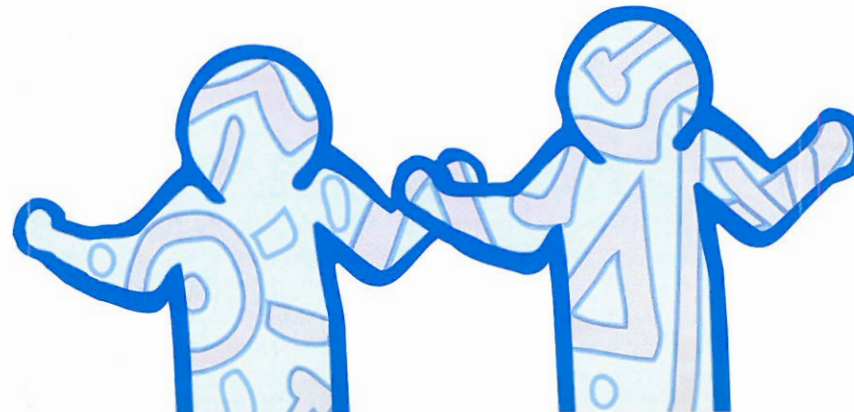
- Tus xov tooj 24 xuab moos thaum muaj xwm txheej (kam them cov nqi xov tooj thaum yus hu tuaj).
- Muab kev txhawb pab rau ib tug me nyuam los sis neeg laus tom qab raug yuam ua phem ua qias.
- Kev txhawb pab thiab ntaub ntawv xov xwm rau tsev neeg thiab cov phooj ywg.
- Tej ntaub ntawv xov xwm uas qhia txog tej kev kho mob thiab tej kev hais plaub ntug uas tej zaum yuav muaj los rau cov neeg uas raug yuam ua phem ua qias.
- Kev pab hais thiab nrog mus kuaj mob, xyuas tub ceev xwm, kws hais plaub, thiab ntxiv ntawm qhov raug yuam no.
- Muaj neeg sawv yus cev rau cov tub ceev xwm, kev kho mob, kev hais plaub ntug, thiab ntxiv (kev sawv cev yog kev pab ib tug neeg kom lawv thiaj to taub thiab siv lawv tej cai).
- Kev qhuab qhia.
- Tej pawg neeg txhawb pab cov neeg laus tom qab raug yuam ua phem ua qias.
- Tej ntaub ntawv xov xwm thiab tej kev xa mus rau cov Koom Haum hauv Nroog, ib yam li kev qhuab ntuas, kev kuaj mob, kev pab tib neeg, thiab kawm kev tiv thaiv yus tus kheej.

CALM

Cov Me Nyuam thiab Neeg Laus Kawm Kev Kho (Children and Adults Learning to Mend [CALM]) yog ib qho khoos kas ntawm Koom Haum Pab Neeg uas Raug Yuam Ua Phem Ua Qias Nyob Qaum Teb (North Coast Rape Crisis Team) uas muab tej kev pab saum toj no rau cov me nyuam uas raug yuam li no thiab lawv tsev neeg.

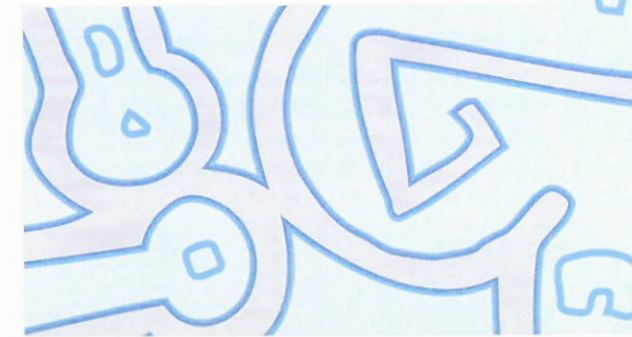
raug yuam ua phem ua qias

- Mus rau ib qho chaw xis nyob.
- Mus txais kev txhawb pab thiab tswv yim los ntawm ib tug phooj ywg, ib tug ntawm yus tsev neeg, thiab/los sis lub Koom Haum Pab Neeg uas Raug Yuam Ua Phem Ua Qias Nyob Qaum Teb.
- Hu peb kom thiaj kawm tau txog kev qhia txog kev phem no, kuj hais txog kev khaws tej qhov puav pheej ntawm yus lub cev sai li sai tau. Yog tias koj xav qhia tawm, koj yuav tsum to taub tias tej qhov puav pheej ploj tau zuj zus. Yog tias koj da dej, tsuag dej los sis yaug qhov chaw mos, tej qhov puav pheej yuav ploj mus.
- Peb yeej yuav muab tej kev pab no rau koj txawm koj txiav txim siab li cas los xij, kuj hais seb koj puas xav los sis tsis xav qhia tawm.
- Mus kuaj kws kho mob sai li sai tau. Nco ntsoov tias cov kws kho mob yuav tsum qhia cov tub ceev xwm txog kev ua phem rau me nyuam, kev yuam ua phem ua qias, thiab kev ua lwj ua liam rau tsev neeg. Yog tias koj tsis xav qhia tawm, tiam sis xav mus kuaj mob hu peb seb yuav tsum ua li cas.
- Nco qab ntsoov tias qhov teeb meem uas muaj los no tsis yog tim koj. Koj tseem muaj txoj sia nyob, koj yog ib tug neeg uas raug qhov ntawd es tseem muaj zog mus lawm tom ntej, ces tam sim no yog lub sij hawm pib rov qab kho koj lub neej dua.
- Yeej muaj kev txhawb pab cov neeg uas raug yuam li no txawm tias lawv tau raug yuam ua phem ua qias thaum twg. Hu thaum twg los yeej tsis lig!



koj paub raug yuam ua phem ua qias

- Hais rau lawv paub tias koj hlub lawv.
- Ua tib zoo mloog lawv, tsis tas qhuab ntuas los sis qhia lawv tias lawv yuav tsum ua li cas.
- Ntseeg tej uas lawv qhia koj.
- Rov qab qhia lawv tias kom lawv yuav tsum tsis txhob liam lawv tus kheej thiab lawv tsis tau ua txhaum qhov twg.
- Tsis txhob ntxig nug lawv ntau txog qhov kev raug yuam ua phem ua qias.
- Cia lawv txiav txim siab seb lawv yuav qhia leej twg txog qhov kev raug yuam ua phem ua qias.
- Ua ntej kov lawv nug seb lawv puas kam. Tej zaum lawv yuav tsis xav cia leej twg kov lawv.
- Tsis txhob yuam kom lawv qhia tawm. Txoj kev qhia tawm yeej nyob ntawm lawv. Txoj kev txiav txim kom tsis txhob qhia tawm yeej tsis qhia tias tsis tau muaj leej twg ua phem ua qias rau lawv.
- Muab tej kev xaiv rau lawv, tiam sis cia tus neeg ntawd txiav txim siab raws li lawv lub siab xav.
- Koj tej kev xav yeej tseem ceeb thiab koj xav tau kev txhawb pab thiab. Sim xav seb puas xav hu tuaj rau tus xov tooj hu thaum muaj xwm txheej raug yuam ua phem ua qias kom thiaj tau nrog ib tug kws pab qhuab ntuas sib tham.



Tej Kev Pab Qhia txog txoj Kev Tiv Thaiv

Tsev kawm ntawv thiab koog zej zog kev pab qhuab qhia

Muaj kev pab rau txhua tus neeg txawm lawv muaj hnuv nyoog li cas los xij thiab lawv pab qhia txog thiab pab yus tiv thaiv: to taub tej kev cai lij choj, xaiv tej yam zoo, thiab kawm txog tej qhov chaw pab.

- Kev Pab Tiv Thaiv Kev Ua Phem Rau Cov Me Nyuam (Child Assault Prevention Project [CAPP]) yog kev pab rau cov me nyuam uas tseem tsis tau mus kawm ntawv mus txog cov uas nyob hauv hoob rau. Nws yog ib txoj kev pab tiv thaiv uas pab cov me nyuam kom lawv pom tau thiab paub ua li cas thaum muaj xwm txheej li cas. Muaj tej hoob kawm rau niam txiv thiab cov xib hwb qhia ntawv tom tsev kawm ntawv.
- Kev Tiv Thaiv Kom Txhob Ua tej Yam Saib Tsis Tau Lwm tus ntawm Kev Ua Phem Ua Qias tom Chaw Hauj Lwm (Sexual Harassment Prevention in the Workplace)
- Kev Tiv Thaiv Kom Txhob Ua tej Yam Saib Tsis Tau Lwm tus ntawm Kev Ua Phem Ua Qias thiab Ntaus Neeg tom Tsev Kawm Ntawv (Sexual Harassment and Bullying Prevention in School)
- Kev Tiv Thaiv Kom Txhob Ua Phem Ua Qias (Sexual Assault Prevention)
- Kev Tiv Thaiv Kom Txhob Raug Luag Ua Lwj Ua Liam (Relationship Violence Prevention)
- Kev Qhia Poj Niam thiab Ntxhais Hluas Kom Txawj Pov Hwm lawv tus Kheej (Women's and Girl's Self Defense) uas yuav pab cov poj niam paub txog, ua siab loj, hais lus thiab sim pov hwm lawv tus kheej.
- Kev Ntaus Me Nyuam/Yuav Tsum Qhia Tawm (Child Abuse/Mandated Reporting) qhia seb kev ntaus me nyuam yog dab tsi thiab leej twg yuav tsum qhia tawm.

Cia li hu peb lub hoob kas yog tias xav teem caij tuaj kawm peb ib hoob no. Yog tias koj nrhiav tsis pom tej kev pab uas koj xav tau, cia li hu tuaj kom lawv ua ib hoob uas yuav pab qhia txog tej yam uas koj xav.

Ntsiab Lus Tseeb

Kev raug yuam ua phem ua qias: yog ib yam twg ntawm kev pw ua ke, txawm sim ua los sis ua kiag rau koj es koj tsis tau tso lus rau lawv ua.

- Leej twg los tau kuj raug tau kev yuam ua phem ua qias, txawm lawv yog txiv neej los yog poj niam, muaj hnuv nyoog li cas, yog haiv neeg twg, muaj nyiaj npaum li cas, nyiam nrog txiv neej los sis poj niam, muaj peev xwm/xiam hoob khab...
- Hauv nroog no, cov neeg uas ua phem no siv dej cawv los sis lwm yam tshuaj phem kom thiaj pab tau lawv thaum yuam 85% feem pua tus ntxhais hluas ua phem ua qias.
- Ib tug neeg uas xiam hoob khab yuav raug luag ua phem ua qias ntau tshaj lwm cov neeg ob npaug.
- Ntawm txhua 3 tug poj niam 1 tug yuav raug yuam ua phem ua qias hauv nws lub neej.
- Kev ua lwj ua liam ntawm kev ua phem ua qias yog ib qho ntawm txoj kev ntxub tib neeg thiab feem ntau yuav ua rau cov neeg uas tib neeg xav tias lawv yog txiv neej uas nyiam txiv neej, poj niam uas nyiam poj niam, cov neeg uas nyiam nrog txiv neej thiab poj niam ua ke tib si, cov uas pauv ua txiv neej los sis poj niam, lwm yam kev pw ua ke...
- Hauv nroog no, 85%-90% feem puas tus neeg uas ua phem ua qias rau ib tug neeg yeej paub tus neeg ntawd zoo.
- Ntawm txhua 3 tug ntxhais 1 tug thiab ntawm txhua 6 tus me nyuam tub 1 tug yuav raug luag ua lwj ua liam ntawm kev ua phem ua qias ua ntej lawv muaj 18 xyoo.
- Lub ntsiab rau kev yuam ua phem ua qias yog kom tau hwj chim, kev tswj hwm thiab kev tswj kav.
- 80%-90% feem pua tus poj niam uas raug luag yuam ua phem ua qias yeej yog tib haiv neeg. Cov poj niam Amelikas Khab thiaj raug lwm haiv neeg yuam lawv ua phem ua qias coob tshaj lwm haiv neeg.
- Tsis muaj leej twg uas tsim nyog raug yuam ua phem ua qias txawm lawv yog leej twg, nyob qhov twg, los sis tab tom ua dab tsi los xij!

Del Norte Khaus This
Tus Xov Tooj 24 Xuab Moos
Thaum Muaj Xwm Txheej
(707) 465-2851

Kam Them cov Nqi Xov
Tooj Thaum Yus Hu Tuaj

TTY tus Xov Tooj: (707) 465-2031*

Tus xov tooj tom chaw hauj lwm:
(707) 465-6061*

Humboldt Khaus This
Tus Xov Tooj 24 Xuab Moos
Thaum Muaj Xwm Txheej
(707) 445-2881

Kam Them cov Nqi Xov
Tooj Thaum Yus Hu Tuaj

TTY tus Xov Tooj: (707) 443-2738*

Tus xov tooj tom chaw hauj lwm:
(707) 443-2737*

Koom Haum Pab Neeg uas Raug Yuam Ua Phem Ua Qias Nyob Qaum Teb

(North Coast Rape Crisis Team)

Pab cov neeg uas nyob hauv Del Norte thiab Humboldt Khaus This

Sim xav seb lub ntiaj teb yuav zoo li cas yog tias tsis muaj kev ua lwj ua liam!

**COV XOV TOOJ THAUM
MUAJ XWM TXHEEJ**

Kam Them cov Nqi Xov Tooj Thaum Yus Hu Tuaj

Del Norte tus Xov Tooj uas Qhib 24 Xuab Moos: (707) 465-2851

TTY tus Xov Tooj: (707) 465-2031 hnuv M-F 8:30-5:00