

# ປົກປ້ອງຕົນເອງ

ຈະເຮັດແນວໃດເມື່ອເຫັນຄົນຖືກຂົ່ມເຫັງ

ຕອບສະໜອງໂດຍກົງກັບບຸກຄົນທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດ  
ອັນຕະລາຍຫຼືແຊກແຊງທາງດ້ານຮ່າງກາຍຖ້າຈຳເປັນ



ມີຄວາມໝັ້ນໃຈ  
ແລະສະຫງົບ  
ປະເຊີນຫນ້າ

ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກຜູ້ອື່ນ

ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ  
ຫຼືການຊ່ວຍເຫຼືອ  
ຈາກພາກສ່ວນທີສາມ

ມອບໝາຍ



Excuse me

ລົບກວນ

ເອົາໃຈໃສ່ຫາງຈາກ  
ຜູ້ທີ່ໃຫ້ເກີດຄວາມເສຍຫາຍ

ແລະ  
ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບຄວາມເສຍຫາຍ  
ຫຼືສະຖານະການດົວມັນເອງ



ຊັກຊ້າ

ກວດສອບກັບຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບບາດເຈັບ  
ຫຼັງຈາກທີ່ເກີດເຫດ



ແລະສຶກສາອົບຮົມ  
ຊຸມຊົນຂອງພວກເຮົາ  
ກ່ຽວກັບວ່າເປັນຫຍັງມີ  
ເກີດຂຶ້ນ

ເອກະສານ

ຖ້າໃຜຜູ້ຫນຶ່ງຢູ່  
ຊ່ວຍເຫຼືອບຸກຄົນ  
ໃນວິກິດການ



ບັນທຶກເອກະສານຜ່ານຮູບພາບຫຼືວິດີໂອ

\*Never post or share a video  
without the consent of the  
person being harmed



# ປົກປ້ອງຕົນເອງ

ຈະເຮັດແນວໃດເມື່ອເຫັນຄົນຖືກຂົ່ມເຫັງ

ຕອບສະໜອງໂດຍກົງກັບບຸກຄົນທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດ  
ອັນຕະລາຍຫຼືແຊກແຊງທາງດ້ານຮ່າງກາຍຖ້າຈຳເປັນ



ມີຄວາມໝັ້ນໃຈ  
ແລະສະຫງົບ  
ປະເຊີນຫນ້າ

ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກຜູ້ອື່ນ

ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ  
ຫຼືການຊ່ວຍເຫຼືອ  
ຈາກພາກສ່ວນທີສາມ

ມອບໝາຍ



Excuse me

ລົບກວນ

ເອົາໃຈໃສ່ຫາງຈາກ  
ຜູ້ທີ່ໃຫ້ເກີດຄວາມເສຍຫາຍ

ແລະ  
ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບຄວາມເສຍຫາຍ  
ຫຼືສະຖານະການດົວມັນເອງ



ຊັກຊ້າ

ກວດສອບກັບຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບບາດເຈັບ  
ຫຼັງຈາກທີ່ເກີດເຫດ



ແລະສຶກສາອົບຮົມ  
ຊຸມຊົນຂອງພວກເຮົາ  
ກ່ຽວກັບວ່າເປັນຫຍັງມີ  
ເກີດຂຶ້ນ

ເອກະສານ

ຖ້າໃຜຜູ້ຫນຶ່ງຢູ່  
ຊ່ວຍເຫຼືອບຸກຄົນ  
ໃນວິກິດການ



ບັນທຶກເອກະສານຜ່ານຮູບພາບຫຼືວິດີໂອ

\*Never post or share a video  
without the consent of the  
person being harmed



# ປົກປ້ອງຕົນເອງ

ຈະເຮັດແນວໃດເມື່ອເຫັນຄົນຖືກຂົ່ມເຫັງ

ຕອບສະໜອງໂດຍກົງກັບບຸກຄົນທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດ  
ອັນຕະລາຍຫຼືແຊກແຊງທາງດ້ານຮ່າງກາຍຖ້າຈຳເປັນ



ມີຄວາມໝັ້ນໃຈ  
ແລະສະຫງົບ  
ປະເຊີນຫນ້າ

ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກຜູ້ອື່ນ

ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ  
ຫຼືການຊ່ວຍເຫຼືອ  
ຈາກພາກສ່ວນທີສາມ

ມອບໝາຍ



Excuse me

ລົບກວນ

ເອົາໃຈໃສ່ຫາງຈາກ  
ຜູ້ທີ່ໃຫ້ເກີດຄວາມເສຍຫາຍ

ແລະ  
ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບຄວາມເສຍຫາຍ  
ຫຼືສະຖານະການດົວມັນເອງ



ຊັກຊ້າ

ກວດສອບກັບຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບບາດເຈັບ  
ຫຼັງຈາກທີ່ເກີດເຫດ



ແລະສຶກສາອົບຮົມ  
ຊຸມຊົນຂອງພວກເຮົາ  
ກ່ຽວກັບວ່າເປັນຫຍັງມີ  
ເກີດຂຶ້ນ

ເອກະສານ

ຖ້າໃຜຜູ້ຫນຶ່ງຢູ່  
ຊ່ວຍເຫຼືອບຸກຄົນ  
ໃນວິກິດການ



ບັນທຶກເອກະສານຜ່ານຮູບພາບຫຼືວິດີໂອ

\*Never post or share a video  
without the consent of the  
person being harmed



# ປົກປ້ອງຕົນເອງ

ຈະເຮັດແນວໃດເມື່ອເຫັນຄົນຖືກຂົ່ມເຫັງ

ຕອບສະໜອງໂດຍກົງກັບບຸກຄົນທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດ  
ອັນຕະລາຍຫຼືແຊກແຊງທາງດ້ານຮ່າງກາຍຖ້າຈຳເປັນ



ມີຄວາມໝັ້ນໃຈ  
ແລະສະຫງົບ  
ປະເຊີນຫນ້າ

ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກຜູ້ອື່ນ

ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ  
ຫຼືການຊ່ວຍເຫຼືອ  
ຈາກພາກສ່ວນທີສາມ

ມອບໝາຍ

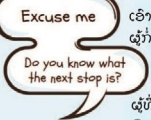


Excuse me

ລົບກວນ

ເອົາໃຈໃສ່ຫາງຈາກ  
ຜູ້ທີ່ໃຫ້ເກີດຄວາມເສຍຫາຍ

ແລະ  
ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບຄວາມເສຍຫາຍ  
ຫຼືສະຖານະການດົວມັນເອງ



ຊັກຊ້າ

ກວດສອບກັບຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບບາດເຈັບ  
ຫຼັງຈາກທີ່ເກີດເຫດ



ແລະສຶກສາອົບຮົມ  
ຊຸມຊົນຂອງພວກເຮົາ  
ກ່ຽວກັບວ່າເປັນຫຍັງມີ  
ເກີດຂຶ້ນ

ເອກະສານ

ຖ້າໃຜຜູ້ຫນຶ່ງຢູ່  
ຊ່ວຍເຫຼືອບຸກຄົນ  
ໃນວິກິດການ



ບັນທຶກເອກະສານຜ່ານຮູບພາບຫຼືວິດີໂອ

\*Never post or share a video  
without the consent of the  
person being harmed



