**Birth to 3 Program: First 1,000 Days Translated Social Media and Newsletter Toolkit Content for Families**

# Contents

[Social media post text in Spanish 1](#_Toc191634421)

[Newsletter articles in Spanish 3](#_Toc191634422)

[Newsletter articles in Hmong 7](#_Toc191634423)

# Social media post text in Spanish

## Physicians and clinics can post information about well-child visits.

### Post 1

¡Aceptamos citas para los chequeos de rutina del niño! Esta es una gran oportunidad para que los padres y los cuidadores hagan preguntas sobre el desarrollo de su hijo y planteen cualquier inquietud que tengan a su médico. [add clinic website or contact info] #EarlyIntervention

### Post 2

¿Sabía qué? Los chequeos de rutina del niño no son sólo para las vacunas, también son una oportunidad para hablar con su médico sobre el crecimiento y el desarrollo de su hijo. Haga su cita hoy mismo: [add clinic website or contact info]

## Advocates, counties, and other partners can post information about early intervention, developmental milestones, and the Birth to 3 Program.

### Post 1

Como padre o cuidador, usted es quien mejor conoce a su hijo. Puede asegurarse de que la salud y el crecimiento de su hijo van por buen camino utilizando unas sencillas herramientas. Encuéntrelas en [www.dhs.wisconsin.gov/children/development.htm](https://www.dhs.wisconsin.gov/children/development.htm).

### Post 2

Si su hijo muestra señales de retraso o discapacidad, ¡la intervención (#EarlyIntervention) puede ayudar! El Birth to 3 Program del DHSHWI (#DHSWI Birth to 3 Program) conecta a las familias elegibles con servicios y apoyos para ayudar a su hijo a aprender y crecer. Visite [www.dhs.wisconsin.gov/birthto3](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3).

### Post 3

Los chequeos de rutina del niño son más importantes que nunca. Asegúrese de programar la próxima visita de su hijo con su proveedor de atención médica para mantenerse al día sobre las vacunas, los hitos del desarrollo y la salud en general.

### Post 4

Cuando se entera de que su hijo tiene un retraso o una discapacidad, es importante saber cuáles son los próximos pasos para poder apoyar el desarrollo de su hijo. Podemos proporcionarle información para ayudarlo a decidir cuáles programas y recursos son adecuados para usted. [add organization’s website OR [www.dhs.wisconsin.gov/children/resources.htm](https://www.dhs.wisconsin.gov/children/resources.htm)]

### Post 5

La intervención temprana (#EarlyIntervention)—porque los padres y los cuidadores son los primeros y mejores maestros de sus hijos. Si su hijo tiene un retraso o una discapacidad, póngase en contacto con su condado para averiguar sobre el programa de intervención temprana de Wisconsin en [www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/contacts.htm](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/contacts.htm)

### Post 6

Los padres de crianza temporal (#FosterParents) y los padres adoptivos (#AdoptiveParents) suelen cuidar de bebés que han sufrido estrés u otros traumas. Ayúdelos a aprender y crecer siguiendo los hitos y acudiendo a los chequeos de rutina del niño. Sepa cómo hacerlo en [www.dhs.wisconsin.gov/children/development.htm](https://www.dhs.wisconsin.gov/children/development.htm)

# Newsletter articles in Spanish

## Reminder: schedule your next well-child visit today

### Recordatorio: Programe su próximo control de niño sano hoy mismo

Como padre o cuidador, una de las mejores medidas que puede tomar para apoyar el desarrollo de un niño es asegurarse de que sea examinado por su proveedor de cuidados de la salud con regularidad para los controles de niño sano.

**¿Qué son los controles de niño sano?**  
Los controles de niño sano son una oportunidad para hablar con su proveedor de cuidados de la salud respecto al crecimiento y desarrollo del niño. Estos controles programados con regularidad son ocasiones para:

* Hablar con su proveedor médico sobre la salud del niño.
* Preguntar y abordar cualquier inquietud respecto al crecimiento y aprendizaje del niño.
* Comprobar que todas las prestaciones estén al día, por ejemplo, las vacunas.

**¿Cómo puedo entender el desarrollo del niño?**  
Cada niño aprende y crece a su propio ritmo, pero hay hitos generales que todos los niños deberían cumplir a medida que desarrollan su forma de jugar, aprender, hablar, actuar y moverse. Para hacerlo, puede monitorear estos hitos con el [kit de herramientas de los Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades)](http://www.cdc.gov/ncbddd/actearly), o [descargar la aplicación gratuita](https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones-app.html" \o "(opens in a new window)" \t "_blank).

Recuerde, los retrasos pueden ocurrir por muchas razones y es mejor identificarlos y atenderlos lo antes posible. Si algo le preocupa, incluso si es algo menor, asegúrese de informárselo a su proveedor de cuidados de la salud.

**¿Cómo puede ayudar la intervención temprana?**  
Para algunos niños, la intervención temprana puede ser una forma útil de desarrollar habilidades y alcanzar los hitos del desarrollo.

El [programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años)](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/index.htm) del Department of Health Services (Departamento de Servicios de Salud) de Wisconsin presta servicios a familias con niños menores de 3 años que presentan algún tipo de retraso o discapacidad. A diferencia de otros programas o servicios individuales, el programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años) lo conecta con un equipo que apoyará sus habilidades como padre o cuidador y ayudará a su hijo a aprender, interactuar y desarrollarse en el hogar, en el programa de cuidado infantil y durante otras actividades cotidianas, como ir a la biblioteca, a la tienda o al parque.

Consulte a su proveedor de cuidados de la salud sobre el programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años), o bien, comuníquese con el [programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años) de su condado local](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/contacts.htm) para obtener más información. Obtenga más información sobre otros programas de servicios para niños que estén disponibles a través del Department of Health Services (Departamento de Servicios de Salud) en la [página web de los Services for Children with Delays or Disabilities (Servicios para niños con retrasos o discapacidades)](https://www.dhs.wisconsin.gov/children/index.htm).

## **Help kids grow and learn with the Wisconsin Birth to 3 Program**

### Ayude a los niños a crecer y aprender con el programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años) de Wisconsin

Cada niño aprende y crece a su propio ritmo. La forma de jugar, aprender, hablar, actuar y moverse de un niño muestra si ha alcanzado los hitos del desarrollo más relevantes. Si usted o sus profesionales de la salud y de cuidado infantil notan que el niño presenta un retraso en su desarrollo, la intervención temprana puede ayudar.

El [programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años)](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/index.htm) del Department of Health Services (Departamento de Servicios de Salud) de Wisconsin presta servicios a familias con niños menores de 3 años que presentan algún tipo de retraso o discapacidad. Un equipo de proveedores de servicios profesionales se asocia con las familias del programa para apoyar el crecimiento y el aprendizaje del niño. La cultura de la familia, sus creencias y los resultados individuales esperados ayudan a establecer qué servicios y cómo se brindan. Para obtener más información sobre el programa, consulte el [folleto de los primeros 1,000 días del programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años)](https://www.dhs.wisconsin.gov/library/p-02928.htm).

**Asociación con un equipo para apoyar el desarrollo infantil**  
Cuando se determina que un niño es elegible para el programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años), su familia cuenta con el apoyo de un equipo completo que ayuda al niño a aprender, interactuar y desarrollarse en el hogar, en el programa de cuidado infantil y durante otras actividades cotidianas como ir a la biblioteca, a la tienda o al parque. El equipo del programa puede incluir un:

* Coordinador de servicios
* Maestro de educación especial de la primera infancia
* Terapeuta del habla, ocupacional y/o fisioterapeuta
* Otros profesionales o proveedores de servicios, según sea necesario

Uno de estos proveedores de servicios profesionales será quien visite su hogar con mayor frecuencia. A este tipo de profesionales se les llama “instructor primario”.

**Para entender cómo el Programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años) puede ayudarle**  
El programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años) le apoya como primer y mejor maestro del niño. Aprenderá sobre cómo:

* Comunicar las necesidades del niño.
* Ayudar al niño a aprender y desarrollarse.
* Conocer y ejercer sus derechos en el programa.
* Mantener una relación sana, temprana y sólida con el niño.

El instructor primario también puede responder preguntas respecto a las dificultades que experimente, brindarle información sobre las actividades, ayudarle a decidir si la tecnología o las ayudas de asistencia pueden ser una buena opción, entre otras cosas.

**Comunicación con su condado local**  
Si cree que el programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años) podría ser adecuado para su familia, o si su proveedor de cuidados de la salud se lo recomienda, puede comunicarse con el [programa de su condado](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/contacts.htm) para obtener más información. La misión de ellos es responder a sus preguntas y ayudarle a analizar esta opción.

## Early intervention: a good start in the first 1,000 days

### Intervención temprana: Un buen comienzo en los primeros 1,000 días

Cada niño aprende y crece a su propio ritmo, pero hay hitos generales que todos los niños deberían cumplir a medida que desarrollan su forma de jugar, aprender, hablar, actuar y moverse. Una de las cosas más importantes que puede hacer para cuidar la salud y el crecimiento de su hijo es monitorear sus hitos del desarrollo y actuar de manera oportuna si nota signos de retraso o discapacidad.

¿Qué puede hacer si un bebé o un niño pequeño muestra signos de retraso o discapacidad? No espere a ver qué pasa: agende una cita para un control de niño sano y pregunte por la intervención temprana.

**¿Qué es la intervención temprana?**  
El término intervención temprana se utiliza para describir los servicios y apoyos disponibles para los bebés y niños pequeños que presentan retrasos en el desarrollo o discapacidades y sus familias. Es un programa de educación especial que favorece el desarrollo de un niño a través del apoyo proveniente de una amplia gama de profesionales capacitados y calificados.

El [Programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años)](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/index.htm) es el programa de educación especial de intervención temprana de Wisconsin.

El programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años) apoya a niños con cualquier tipo de retraso, discapacidad o condición. Su familia se asocia con un equipo de proveedores de servicios profesionales que pueden ayudarle con sus necesidades específicas. El equipo incluye un:

* Coordinador de servicios.
* Maestro de educación especial de la primera infancia.
* Terapeuta del habla, ocupacional y/o fisioterapeuta.
* Otros profesionales o proveedores de servicios, según sea necesario.

Uno de estos proveedores de servicios profesionales será el instructor primario. El instructor primario será su contacto principal y utilizará su experiencia para ayudarle a usted y al niño a aprender y desarrollarse a medida que el niño crece. El instructor primario le ayudará a acceder a los servicios de otros profesionales de su equipo, según sea necesario para apoyar el cumplimiento de su plan individualizado.

**¿Qué servicios se proveen?**  
Todos los servicios se basan en las metas individuales y los resultados deseados establecidos para su familia y el niño. Puede recibir educación e instrucción especial; fisioterapia, servicios médicos y de cuidados de la salud, como terapia ocupacional y del habla; servicios de audición y visión; tecnología asistencial; coordinación de servicios; u otros servicios que le ayuden a entender mejor al niño y mejorar su desarrollo.

Algunos ejemplos de servicios son:

* Un patólogo del habla y del lenguaje que le ayude a aprender formas para que su hijo comunique sus deseos y necesidades cuando sus palabras sean difíciles de entender o se frustre cuando usted no entiende lo que quiere. El patólogo podría mostrarle formas de ampliar la dieta de su hijo si tiene dificultades para comer ciertos alimentos, o si le resulta difícil sentarse a comer juntos.
* Un terapeuta ocupacional le puede ayudar a instalar al niño en su asiento para el automóvil, de manera que pueda disfrutar de un paseo en automóvil o visitar a un amigo de la familia. Le enseñan a utilizar canciones para hacer participar al niño en el automóvil y le dan consejos para practicar durante la semana para hacer que la visita al supermercado sea un poco más fácil tanto para usted como para el niño.
* Un fisioterapeuta puede ayudar al niño a usar un andador para salir a caminar con usted y otros miembros de la familia. Puede ayudar a prepararlo para la caminata, mostrarle cómo sacarlo por la puerta y llevarlo a la acera, y sugerir estrategias para vigilar a su otro hijo mientras monta la bicicleta.

**¿Dónde se brinda la intervención temprana?**  
El aprendizaje y el crecimiento se genera en los lugares donde su familia pasa la mayor parte del tiempo. Su hogar, un programa de cuidado infantil y otros lugares en los que habitualmente pasa el tiempo son parte del entorno natural de su familia e hijo. Los servicios del programa Birth to 3 (Del nacimiento a los 3 años) se brindan en entornos naturales para que el niño desarrolle nuevas habilidades precisamente en los lugares donde los usará.

# Newsletter articles in Hmong

## Reminder: schedule your next well-child visit today

### Hais Kom Nco: Hnub No Teem Koj Lub Sij Hawm Mus Ntsuam Xyuas Me Nyuam Kev Noj Qab Nyob Zoo

Tam ib tug niam txiv los sis neeg zov tu, ib kauj ruam zoo tshaj plaws uas koj rhais tau mus txhawb rau tus me nyuam txoj kev xeeb loj yog xyuas kom tus me nyuam koj zov tu mus cuag lawv tus kws kho mob tsis tu ncua rau cov kev ntsuam xyuas me nyuam kev noj qab nyob zoo.

**Cov kev ntsuam xyuas me nyuam cov kev noj qab nyob zoo yog dab tsi?**  
Cov kev ntsuam xyuas me nyuam cov kev noj qab nyob zoo yog lub caij sib tham nrog koj tus kws kho mob txog txoj kev loj zuj zus thiab kev xeeb loj ntawm tus me nyuam. Cov sij hawm teem tsis tu ncua no yog lub sij hawm:

* Sib tham nrog tus me nyuam tus kws kho mob txog kev ceev kom lawv noj qab haus huv.
* Nug cov lus muaj thiab daws tej kev txhawj xeeb txog tus me nyuam txoj kev loj zuj zus thiab kev kawm.
* Xyuas kom muaj txhij cov kev pab tu xyuas, xws li cov tshuaj txhaj tiv thaiv nruab nrog cev.

**Kuv yuav ua li cas thiaj nkag siab txog tus me nyuam txoj kev xeeb loj?**  
Txhua tus me nyuam yaus kev kawm thiab loj zuj zus raws li lawv tus kheej kev peev xwm, tiam sis yeej muaj cov kev loj ib vuag zus rau txhua tus me nyuam thaum lawv ua si, kawm, hais, coj yam ntxwv thiab txav mus los. Koj yeej taug qab tau cov kev loj ib vuag zus no yog siv [Centers for Disease Control and Prevention (Cov Chaw Tswj thiab Tiv Thaiv Kab Mob) cov tswv yim](http://www.cdc.gov/ncbddd/actearly), los sis [rub qhov app los nruab dawb](https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones-app.html).

Nco ntsoov, muaj ntau qhov laj thawj tsim kev cob pob, thiab nws yuav zoo tshaj yog ras paub txog thiab muab daws thaum ntxov li ntxov tau. Yog koj muaj cov kev txhawj xeeb, txawm yog txhawj me ntsis xwb los yuav tau qhia rau koj tus kws kho mob.

**Kev cuam tshuam ntxov pab tau li cas?**  
Rau qee cov me nyuam, kev cuam tshuam ntxov yuav pab kom lawv kawm tej txuj ci thiab caum cuag cov kev xeeb loj ib vuag zus.

Wisconsin Department of Health Services (Tuam Tsev Tswj Xyuas Cov Kev Kho Kab Mob Kev Nkeeg) [Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3)](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/index.htm) yuav pab cov tsev neeg muaj me nyuam yau dua 3 xyoos uas muaj kev loj hlob cob pob los sis cov kev tsis taus. Tsis zoo xws li lwm cov kev pab los sis ib qho kev pab twg, Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3) muaj koj koom nrog ib pab neeg uas yuav txhawb koj cov txuj ci tam ib tug niam txiv los sis neeg zov tu thiab pab koj tus me nyuam kawm, sib ua ke, thiab txawj zuj zus nyob rau tom tsev, thiab thaum cov kev kawm ua ub no txhua hnub xws li mus rau lub tsev qiv ntawv, khw los sis tiaj ua si.

Nug koj tus kws kho mob txog Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3), los sis mus cuag [Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3) nyob hauv koj zos](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/contacts.htm) kom paub meej ntxiv. Kawm ntxiv txog lwm cov kev pab rau me nyuam los ntawm lub Department of Health Services (Tuam Tsev Tswj Xyuas Cov Kev Kho Kab Mob Kev Nkeeg) ntawm [qhov vas sab rau Services for Children with Delays or Disabilities (Cov Kev Pab Cuam rau Me Nyuam Muaj Cov Kev Cob Pob los yog Kev Tsis Taus)](https://www.dhs.wisconsin.gov/children/index.htm).

## Help kids grow and learn with the Wisconsin Birth to 3 Program

### Pab Me Nyuam Loj Hlob thiab Kawm Nrog Wisconsin Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3)

Txhua tus me nyuam kawm thiab loj zuj zus raws lawv qib peev xwm. Tus me nyuam txoj kev ua si, kawm, hais lus, coj yam ntxwv thiab txav mus los qhia tau yog tias lawv caum cuag cov kev xeeb loj ib vuag zus uas tseem ceeb. Yog tias koj los sis koj tus kws kho mob thiab zov tu me nyuam tshaj lij ras paub tias tus me nyuam poob qab kev xeeb loj lawm, kev cuam tshuam ntxov yuav pab tau.

Wisconsin Department of Health Services (Tuam Tsev Tswj Xyuas Cov Kev Kho Kab Mob Kev Nkeeg) [Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3)](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/index.htm) yuav pab cov tsev neeg muaj me nyuam yau dua 3 xyoos uas muaj cov kev loj hlob cob pob los sis cov kev tsis taus. Ib pab kws tshaj lij sib koom tes nrog cov tsev neeg hauv txoj kev pab los txhawb rau tus me nyuam txoj kev loj zuj zus thiab kev kawm. Koj tsev neeg kev coj noj coj ua, kev ntseeg, thiab tus neeg cov kev ua tau yuav pab ua qauv qhia txog cov hom kev pab twg thiab cov kev pab tau li cas. Xav paub ntxiv txog txoj kev pab, mus xyuas [Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3) daim ntawv tshaj qhia txog Thawj 1,000 Hnub](https://www.dhs.wisconsin.gov/library/p-02928.htm).

**Sib koom tes nrog ib pab neeg los txhawb me nyuam txoj kev loj hlob**  
Thaum twg pom ib tug me nyuam tsim nyog tau Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3), koj lub tsev neeg yuav tau kev txhawb los ntawm ib pab neeg tag nrho uas pab rau tus me nyuam txoj kev kawm, sib ua ke, thiab txawj zuj zus nyob rau tom tsev, hauv chaw zov tu me nyuam, thiab thaum cov kev kawm ua ub no txhua hnub xws li mus rau lub tsev qiv ntawv, khw los sis tiaj ua si. Pab neeg muab txoj kev pab yuav muaj xws li:

* Tus thawj tswj xyuas muab kev pab
* Tus xib fwb qhia ntawv tshwj xeeb rau me nyuam thaum ntxov
* Tus kws qhia hais lus, qhia ua hauj lwm thiab qhia qoj lub cev ntaj ntsug
* Lwm cov kws tshaj lij los sis cov neeg muab kev pab raws li tsim nyog

Ib tug neeg muab kev pab tshaj lij ntawm cov no yuav yog tus neeg nquag tuaj xyuas koj lub tsev heev dua. Lawv yog hu cua “thawj tus cob qhia.”

**Nkag siab txog Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3) pab txhawb tau koj li cas**  
Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3) yuav txhawb koj tam li tus me nyuam thawj tug xib fwb zoo tshaj plaws. Koj yuav kawm txog:

* Kev qhia txog tus me nyuam cov kev tu ncua.
* Kev pab tus me nyuam kawm thiab loj zuj zus.
* Kev paub thiab siv koj cov cai hauv txoj kev pab.
* Kev tswj kom muaj txoj kev sib raug zoo noj qab haus huv, thaum ntxov thiab kom muaj zog nrog tus me nyuam.

Tus thawj cob qhia yuav puav leej teb tau cov lus nug txog kev cov nyom uas koj ntsib, muab tswv yim qhia ua ub no, pab koj txiav txim seb puas tsim nyog muaj tshuab hluav taws xob los sis tshuab pab txhawb, thiab ntau tsav yam ntxiv.

**Mus cuag koj lub cheeb koog hauv zos**  
Yog koj xav tias Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3) yuav haum rau koj lub tsev neeg los sis yog koj tus kws kho mob tau pom zoo nws lawm, koj mus cuag tau [txoj kev pab hauv koj lub cheeb koog](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/contacts.htm) kom paub ntxiv. Yeej muaj lus teb rau koj cov lus nug thiab kev pab tshawb txog txoj kev taug no.

## Early intervention: a good start in the first 1,000 days

### Kev Cuam Tshuam Ntxov: Qhov Pib Zoo Hauv Thawj 1,000 hnub

Txhua tus me nyuam yaus kev kawm thiab loj zuj zus raws li lawv tus kheej kev peev xwm, tiam sis yeej muaj cov kev loj ib vuag zus rau txhua tus me nyuam thaum lawv ua si, kawm, hais, coj yam ntxwv thiab txav mus los. Ib yam tseem ceeb tshaj plaws uas koj ua tu xyuas tau ib tug me nyuam txoj kev noj qab haus huv thiab kev loj hlob yog taug qab txog lawv cov kev xeeb loj ib vuag zus thiab raus tes pab thaum ntxov yog tias koj ras paub tej yam cim qhia kev cob pob los sis kev tsis taus.

Koj ua tau dab tsi yog ib tug me nyuam mos los sis me nyuam me muaj cov cim qhia kev cob pob los sis kev tsis taus? Tsis txhob tos thiab saib seb yuav zoo li cas—teem ib lub sij hawm ntsuam xyuas me nyuam kev noj qab nyob zoo thiab nug txog kev cuam tshuam ntxov.

**Kev cuam tshuam ntxov yog dab tsi?**  
Kev cuam tshuam ntxov yog ib lo lus siv los piav txog cov kev pab tu xyuas thiab kev pab txhawb uas muaj rau cov me nyuam mos thiab me nyuam me uas muaj cov kev xeeb cob pob thiab cov kev tsis taus thiab lawv cov tsev neeg. Nws yog ib txoj kev qhia ntawv tshwj xeeb uas txhawb rau tus me nyuam txoj kev xeeb loj los ntawm ntau cov kev pab txhawb los ntawm cov neeg ua hauj lwm kawm txawj thiab tsim nyog.

Txoj [Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3)](https://www.dhs.wisconsin.gov/birthto3/index.htm) yog Wisconsin ib txoj kev qhia ntawv tshwj xeeb cuam tshuam ntxov.

Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3) yuav txhawb rau cov me nyuam uas muaj txhua hom kev cob pob, kev tsis taus los sis kev muaj mob. Koj lub tsev neeg yuav sib koom tes nrog ib pab neeg muab kev pab tshaj lij uas yuav pab tau koj cov kev tu ncua tshwj xeeb. Pab neeg muaj xws li:

* Tus thawj tswj xyuas muab kev pab.
* Tus xib fwb qhia ntawv tshwj xeeb rau me nyuam thaum ntxov.
* Tus kws qhia hais lus, qhia ua hauj lwm thiab qhia qoj lub cev ntaj ntsug.
* Lwm cov kws tshaj lij los sis cov neeg muab kev pab raws li tsim nyog.

Ib tug neeg muab kev pab tshaj lij ntawm cov no yuav yog thawj tus neeg cob qhia. Thawj tus neeg cob qhia yuav yog tus neeg koj hu cuag thiab siv lawv cov txuj ci los pab koj thiab tus me nyuam hauv txoj kev kawm thiab kev xeeb thaum lawv loj zus. Thawj tus neeg cob qhia yuav pab koj mus cuag lwm cov kws tshaj lij hauv koj pab neeg raws li xav tau kev pab txhawb rau koj lub tswv yim npaj rau tib leeg.

**Muab cov hom kev pab dab tsi?**  
Txhua cov kev pab yog muab raws li tus tib neeg cov hom phiaj thiab cov kev xav ua tau rau koj lub tsev neeg thiab tus me nyuam. Tej zaum koj yuav tau kev kawm ntawv thiab qhia ntawv tshwj xeeb; cov kev kho kab mob kev nkeeg thiab kev noj qab haus huv txoj kev qoj kho lub cev ntaj ntsug, kev kho lub cev kom ua tau hauj lwm thiab kev kho hais lus; cov kev pab qhov ntsej hnov lus thiab qhov muag pom kev, cov tshuab pab txhawb; kev tswj xyuas muab kev pab; los sis lwm cov kev pab uas yuav pab tau kom koj nkag siab zoo dua txog tus me n yuam thiab txhawb rau lawv txoj kev xeeb loj.

Cov qauv kev pab ua piv txwv muaj xws li:

* Tus kws pab kho kev hais lus thiab kawm lus yuav pab kom koj xyaum cov kev rau koj tus me nyuam qhia txog yam lawv xav tau thiab tu ncua thaum twg tsis nkag siab kev hais lus, los sis lawv ntxhov siab thaum koj tsis paub tias lawv xav tau dab tsi. Tus kws kho yuav qhia cov kev ua noj ua haus rau koj tus me nyuam thaum twg lawv noj nyuab qee yam khoom, los sis kev zaum noj ib pluag ua ke yog ib yam kev cov nyom.
* Tus kws kho cev kom ua tau hauj lwm yuav pab koj muab tus me nyuam zaum hauv lawv lub rooj nruab zaum hauv tsheb kom lawv txaus siab rau kev caij tsheb thiab mus xyuas lub tsev neeg ib tug phooj ywg. Lawv yuav qhia koj siv cov suab nkauj los txuam nrog tus me nyuam hauv tsheb thiab muab tswv yim qhia koj xyaum thawm lub lim tiam kom mus khw muas khoom noj khoom haus yooj yim zog rau koj thiab koj tus me nyuam.
* Tus kws qoj kho cev ntaj ntsug yuav pab tus me nyuam siv lub pab mus kev kom lawv mus taug kev tau nrog koj thiab lwm cov neeg hauv tsev. Lawv yuav pab tau koj npaj rau yuav mus taug kev, qhia koj tawm rooj thiab mus rau ntawm kab kev taug, thiab qhia cov tswv yim saib xyuas koj lwm tus me nyuam uas caij tsheb kauj vab.

**Kev cuam tshuam ntxov tshwm sim thaum twg?**  
Kev kawm thiab kev loj zuj zus tshwm sim ntawm cov chaw uas koj lub tsev neeg siv sij hawm nyob rau ntau tshaj plaws. Koj lub tsev, lub chaw zov tu me nyuam, thiab lwm cov chaw uas koj mus nyob rau tsis tu ncua yog ib feem ntawm koj lub tsev neeg thiab tus me nyuam qhov chaw nyob puag ncig. Txoj Kev Pab Birth to 3 (Yug Los Txog 3) yuav muab cov kev pab nyob rau hauv cov chaw nyob ib puag ncig kom tus me nyuam kawm tau cov txuj ci tshiab ntawm cov chaw uas lawv yuav siv nyob rau.