



Me Nyuam Yaus Qhov Cuab Yeej Ntiag Tug

Hmong

Ua haujlwm nrog cov menyuam tsis tau puv hnuv nyoog: Daim ntawv ceev ntiag tug thiab txwv npog tsis pub lwm tus paub

Daim ntawv no yog ib qho cuab yeej los pab koj thiab koj lub koom haum uas pab nyiaj-OVW txiav txim siab npaj cov kev pab cuam npog tsis pub lwm tus paub txog rau cov neeg dim siav uas raug kev quab yuam deev, rau cov nkauj nraug lossis niam txiv sib ceg sib ntaus, thiab rau cov neeg raug soj raug nyas nrog rau cov menyuam uas tsis tau puv hnuv nyoog. Qhov no yog tsim los ua qhov cuab yeej “Ua haujlwm nrog cov Menyuam yaus: Tiv Thaiv Lawv Txoj Cai Ntawm Lawv Ntiag Tug.” Ua haujlwm raws li txoj caij ntawm koj thaj tsam-tshwjxeeb (yog) rau Menyuam Yaus Txoj Cai Daim Npav Ceev Kev Ntiag Tug peb cia siab tias yuav siv sij hawm li ib teev daim ntawv no thiaj li yuav tiav. Yog tias koj xav tau kev pab ntxiv thov tiv tauj peb. PrivacyTA@victimrights.org.

Leej twg thiaj yog tus neeg muaj feem los txiav txim kom raug txoj cai?

Seem no yuav pab koj txiav txim thiab piv tias koj lub koom haum cov cai ceev ntiag ntug puas paub txog qhov txawv tias yuav pab rau cov menyuam yaus uas twb tso cai lawm, thiab cov uas tseem tsis tau tso cai rau nej txoj kev pab txawm tias tsis tau kev koom tes los ntawm niam thiab txiv lossis tus neeg saib xyuas.

Nyob rau hauv peb lub xeev, cov menyuam tsis tau puv hnuv nyoog muaj kev tso cai rau cov kev pab cuam raws li nram no (xws li, kev pab cuam rau cov neeg raug quab yuam deev, kev pab rau cov neeg sawv cev rau cov neeg raug tsim txom, kev pab rau kev noj qab haus huv, kev pab rau cov neeg mob hlwb lossis lwm yam thiab.):

Kev pab cuam	Hnuv nyoog	Cov kev txiav txim siab tshwj xeeb (xws li, tus neeg muab kev pab yuav tsum tau qhia rau niam txiv tom qab sib tham tag ob peb zaug)

Nyob rau hauv kuv thaj tsam txoj cai li choj nws **muaj/tsis muaj** ib txoj cai lossis rooj plaub los txiav txim txog ntawm kev ywj pheej (xaiv ib qho).

Tus menyuam yaus nyob hauv peb lub xeev yuav tau txais kev ywj pheem raws li txoj cai thaum muaj hnuv nyoog li _____.

¹ Cov kev cai uas xam muab los hais thiab txiav txim rau ib rooj plaub - npav pov thawj ceev ntiag tug no tseem tsis tau muaj.

Tus menyuam yaus tsis tau puv hnuv nyoog yuav raug tswj xyuas li ib tug neeg laus txoj cai tias vim li cas nram qab no:

Tshwj tsis yog	Hnub nyoog	Siv tau raws txoj cai lij choj
Sib qaws ua txij nkawm		
Puas yog xeeb menyuam lossis yog niam yog txiv		
Nyob rau hauv kev ua tub rog		
Lwm yam:		
Lwm yam:		
Lwm yam:		

Nyob hauv peb thaj tsam txoj cai lij choj, tus menyuam uas tau txais kev ywj pheej lawm **tseem raug/tsis raug** pov puag los ntawm tsab cai ceebtoom quab yuam menyuam yaus (xaiv ib qho).

Yog tias tus menyuam tau kev ywj pheej raws li txoj cai lawm, qhov no yuav cuam tshuam txog nws cov kev pabcuam uas nws yuav tau txais los ntawm peb raws li nram qab no:

Txoj caij teev sau tseg saum toj no yog ntsig txog cov kev cai tswj fwm kev pabcuam thiab cov txheej txheem., piv txwv li, peb nug seb tus menyuam ntawd puas muaj kev ywj pheej nyob rau hauv peb daim ntawv, peb muaj ib tsab cai sau qhia tias yuav ua li cas yog tus menyuam muaj kev ywj pheej lawm, los yog lwm yam:

Seem no yuav pab koj txiav txim siab ib puag ncig txog cov kev cai thiab ntawm kev ceev ntiag tug nyob rau thaj tsam ntawm koj. Qhov no, yuav hloov tau, pab koj nkag siab txog lub zaim muag ntawm cov kev pab cuam uas koj muaj thiab cov kev sib tham uas koj yuav tsum tau muaj nrog cov neeg raug tsim txom thiab nrog lawv niam lawv txiv lossis nrog tus neeg saib xyuas lawv.

Nyob rau hauv peb thaj tsam txoj kev cai lij choj, peb **muaj/tsis muaj** ib txog cai rau tus neeg sawv cev-tus neeg raug tsim txom (xaiv ib qho).

Yog tias muaj txoj cai tshwm sim, kuv **nkag siab/tsis nkag siab** tias yuav zam dhau txoj cai yog thaum niam txiv lossis tus neeg saib xyuas nyob rau ntawv (xaiv ib qho).

Leej twg yog tus Tau txais yam Ntaub Ntawv dab tsis thiab rau Lub Sij Hawm Twg?

Seem no yuav pab txiav txim seb tus menyuam yuav tswj hwm tau cov ntaub ntawv dab tsi. Qhov no yuav pab txiav txim kom tus menyuam khaws npog cov ntaub ntawv no kom zoo.

Nyob hauv peb lub xeev, cov ntaub ntawv (xws li, ntaub ntawv kho mob, ntaub ntawv kho kev puas hlwb) suav tias yog tus neeg raug tsim txom muaj hnuv nyoog raws li nram no li teej tug, thiab yuav tsum npog txwv tsis pub lwm tus paub:

Cov ntaub ntawv	Hnuv nyoog

Yog tias tsev hais plaub xa tsab ntawv yuam kom mus hais plaub rau tus menyuam yaus, lossis xa rau ib tug neeg ua haujlwm yuam kom mus ua pov thawj hais txog tus menyuam uas peb tau pab, peb lub koom haum txoj cai yog:

Peb twb taug cov kauj ruam raws li nram qab no kom paub tseeb tias txhua tus neeg ua haujlwm pab dawb thiab cov ua haumlwm them nyiaj paub zoo txog tias peb yuav tau ua li cas yog thaum peb tau txais ib tsab ntawv nram xam tuaj yuam kom peb mus koom ib rooj plaub.

Seem no yuav pab kom koj nkag siab txog thaj tsam ntawm koj cov cai tsim txom menyuam yaus xws li yuav tau ceeb toom qhia rau tsoom fwm kom meej koj thiaj li paub tseeb tias thaum twg thiaj yog lub sij hawm koj yuav tsum tau ceeb toom, thiab thaum twg koj tsis tas yuav ceeb toom.

Cov haujlwm lossis cov neeg ua dej num raws li nram qab no yog cov neeg tshaj xov xwm rau tsoom fwm uas nyob rau hauv peb thaj tsam raws li txoj cai ntawm peb no (ntxiv cov kab kom txaus sau tag nrho cov neeg tshaj xov xwm ua nyob rau thaj tsam ntawm koj; muab tej yam yam piv txwv uas tsis suav nrog rau cov cai tshaj xov xwm rau tsoom fwm rho tawm):

Txoj haujlwm/Neeg ua haujlwm ntawm ib lub koom haum sab nraud	Tus neeg ua haujlwm lossis Tus neeg ua haujlwm pab dawb lub npe	Cov neeg ua haujlwm	Tus neeg ua haujlwm pab dawb
Tus neeg sawv cev pab cov neeg raug tsim txom los ntawm kev txij nkawm lossis tus khub			
Tus neeg sawv cev pab cov neeg raug mos raug quab yuam			
Tus neeg sawv cev pab cov neeg raug tsim txom ntawm kev raug soj raug nyas			
Tus neeg ua haujlwm tswj fwm pab tib neeg			
Kws lij choj			
Tus kws kho cov neeg mob hlwb			
Cov kws kho mob saib xyuas kev noj qab haus huv			
Neeg ua haujlwm hauv tsev kawm			
Tus neeg ua haujlwm ntawm Lub Chaw Haujlwm Pabcuam Tib Neeg (Department of Human Services - DHS)			
Kws txiav txim plaub ntug			

Peb **tswj/tsis tswj** (xaiv ib qho) ib daim ntawv ua tuav ib cov tib neeg cov npe qhia txog tias leej twg yog cov neeg tshaj xov xwm rau tsoom fwm nyob rau hauv peb lub koom haum. Daim ntawv **raug/tsis raug** (xaiv ib qho) hloov kho thiab faib tawm tsis tu ncu.

Peb **muaj/tsis muaj** ib txoj kev rau cov menyuam yaus xaiv tham nrog ib tug neeg hauv peb lub koom haum, lossis xa lawv mus tham nrog ib tug neeg nyob rau lwm lub koomhaum, ua tsis yog ib tug neeg tshaj xov xwm rau tsoom fwm.

Peb ib txwm **qhia/tsis qhia** rau cov menyuam yaus thiab lawv niam txiv lossis lawv tus neeg saib xyuas hais txog qhov peb yuav tsum tau ceeb toom rau tsoom fwm ua ntej thaum peb nug lawv seb peb yuav pab lawv tau li cas.

Peb txoj cai ceeb toom rau tsoom fwm txhais tias “menyuam” yog:

Hauv peb thaj tsam xam muaj cai los txiav txim rau plaub ntug, theem kev tsim txom thiab yam kev tsim txom ua txhais raug lub ntsiab lus ntawm “kev tsim txom,” “kev tsis saib xyuas,” lossis “kev raug mob” uas yuav tsum tau ceeb toom qhia rau tsoom fwm yog:

Peb pawg neeg, peb lub xeev, peb lub nroog lossis peb cheeb tsam txhais cov ntsiab lus no tau tias:

Peb tsuas ceeb toom rau tsoom fwm txoj tej kev menyuam yaus raug tsim txom tom qab thaum peb paub tseeb tias yuav tsum tau qhia raws li txoj cai. **Yog/Tsis Yog** (xaiv ib qhov).

Yog tias kuv yog ib tug neeg tshaj xov xwm rau tsoom fwm raws li txoj cai, yam no yog yam kuv yuav tsum tau ceeb toom qhia tsoom fwm:

Txheej xwm	Yog/Tsis Yog
Tus menyuam lub npe	
Tus menyuam qhov chaw nyob	
Tus menyuam niam thiab txiv lossis cov neeg saib xyuas nws cov npe thiab cov chaw nyob	
Tus menyuam lub hnuv nyoog	

Cov ntaub ntawv uas yuav tsum tau ceeb toom tawm, txuas ntxiv:

Txheej xwm	Yog/Tsis Yog
Txoj kev raug tsim txom yog vim li cas thiab ntev npaum li cas	
Tug neeg raug ntaus nqi rau qhov kev tsim txom	
Tus neeg raug ntaus nqi txoj kev txheeb ze ntawm tus menyuam	
Cov lus piav qhia txog qhov kev txim txom	
Cov ntaub ntawv nug moo rau tus neeg raug ntaus nqi tsim txom tib neeg	
Lwm yam (qhia kom meej):	
Lwm yam (qhia kom meej):	

Cov chaw no yog cov kuv yuav tsum tau ceeb toom qhia txog cov kev raug tsim txom (xws li, Lub Chaw Haujlwm Pab Cuam rau Tib Neeg, tub ceev xwm–qhia kom meej seb yog ceg twg):

Peb **tso cai/tsis tso** cai rau cov menyuam yaus los txiav txim siab tias leej twg yuav yog los lav txais tej ntaub ntawv ua peb yuav tsum tau ceeb toom qhia rau tsoom fwv (xaiv ib qho).

Seem no yuav pab kom koj xav thoob txog ntawm qhov koj yuam khaws cov ntaub ntawv-tseg, thiab kom lawv tiv thaiv cov kev txhawj xeeb ntawm tus menyuam ntiag tug tsis pub leej twg paub.

Peb puas muaj ib tsab cai tswjfwim seb cov ntaub ntawv twg thiaj yuav sau/ los tsis sau rau hauv tus neeg thov kev pab cov ntaub ntawv? (Muab ib daim luam tuaj nrog ua ke.)

Yog **Tsis Yog**

Puas yog txhua tus neeg peb pab nyias muaj nyias ib phau ntaub ntawv txawv (txawm tias peb pab lwm tus nyob rau hauv tib tse neeg)?

Yog **Tsis Yog**

Seem ntawm no yuav pab kom koj xav txog tias kev tswjfwim npog tej yam tseem ceeb thaum ua haujlwm nrog cov tsev kawm ntawv.²

Peb puas paub tseeb tau tias cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg uas pab dawb txog qhov nrhiav kev koom tes thiab muab kev pab cuam hauv tsev kawm ntawv, nrog rau cov hauj lwm xws li kev tiv thaiv, puas tau txais kev cob qhia kom paub txog kev npog tej yam tseem ceeb thiab tej yam ua yuav tsum tau ceeb toom qhia tawm rau tsoom fwv?

Yog **Tsis Yog**

Peb puas qhia qhov tseeb rau cov tub ntxhais kawm ntawv hais tias peb yog cov neeg tshaj xov xwm qhia rau tsoom fwv thiab peb puas yuav qhia tias peb lub luag hauj lwm peb tsis pub lwm tus paub txog rau thaum peb nthuav tawm kev sib tham lossis kev saj laj?

Yog **Tsis Yog**

Peb puas muaj ib txoj hau kev zais tau cov tub ntxhais kawm ntawv thaum lawv los nug cov nqe lus lub sij hawm peb muaj kev nthuav tawm nyob rau hauv tsev kawm ntawv?

Yog **Tsis Yog**

² Lub Tuam Tsev Tuav Cov Cai Lij Choj ntawm cov neeg raug tsim txom kuj tseem muaj ib qho Cuab Yeej Sib Koom Tes Ntawm Zej Zog (CCR) ua yuav pab kom koj xav txog kev tiv thaiv menyuam ntiag tug nyob hauv CCR lossis lwm lub zej zog qhov kev koom tes. Koj mus thov tau qhov cuab yeej CCR ntawm PrivacyTA@victimrights.org.

© 2018 Yeej Kev Cai Lij Choj Neeg Raug Quab Yuam Txoj Cai. Tes dej num no pab los ntawm peev nyiaj 2017-TA-AX-KO22 muab rau Chav Hawj Lwm Pab Poj Niam, U.S. Rooj Tsav Xwm Kev Ncaj Ncees (the Office on Violence Against Women, U.S. Department of Justice). Lub tswv yim, kev tshawb fawb, thiab tej ntsiab lus ntawm cov sau thiab tsis yog tias yuav sawv cev tam li yog U.S. Rooj Tsav Xwm Kev Ncaj Ncees.

Kev Ceeb Toom Rau tsoom fww Txog Menyuum Yaus Kev Raug Tsim Txom: Daim ntawv qhia txog OVW – Pawg nyiaj pab txhawb nqa rau cov neeg sawv cev

**Menyuam Yaus Qhov
Cuab Yeej Ntiag Tug**

Koj puas yog “tus neeg tshaj xov xwv rau tsoom fww raws li txoj cai”?

Saib koj txoj cai kom paub meej tias leej twg yog tus yuav los ceeb toom thaum ib tug me nyuam raug kev tsim txom nyob rau hauv thaj tsam ua xam muaj cai los txiav txim plaub ntug ntawm koj. Mloog saib kom zoo rau tej yam tshwj xeeb uas yuav tsum tau ua. Nco ntsoov ceeb toom qhia rau tus neeg dim siav thaum pib — ua ntej lawv yuav nthuav tej yam tawm — yog tias koj yog tus neeg tshaj xov xwv rau tsoom fww.

YOG

TSIS
YOG



Puas yog tus neeg dim siav ntawv yuav tsum ceeb toom tawm txog nws tej kev raug tsim txom?

Puas yog tus neeg dim siav ntawv yog ib tug menyuum yaus uas yuav tsum tau ceeb toom tawm txog nws tej kev raug tsim txom? Piv txwv, tej zaum tus menyuum yaus yuav tsis raug txoj cai ceeb toom txog ntawm kev tsim txom yog nws tau txais kev ywj pheej raws li txoj cai lawm, yog tias nws yog tub rog, lossis yog niam yog txiv lawm.

YOG

TSIS
YOG

Koj tsis qhia tawm txog kev quab yuam los sis tej yam ua txhaum cai rau tus neeg raug quab yuam yog tsis muaj ntawv tso cai los ntawm lawv.

Raws li txoj cai lij choj ntawm koj, puas yog tus neeg dim siav tau txais “kev tsim txom” thaum nws yog menyuum yaus?

YOG

TSIS
YOG

Puas yog koj raug zam tsis pub ceeb toom txog qhov xwm txheej no?

Piv txwv tias, tej kev tshaj lus tawm no puas tau kev thiv thaiv los ntawm tus neeg raug tsim txom—tus neeg sawv cev, tus kws kho mob rau kev nyuab siab—tus neeg mob, tus kws lij choj—tus neeg thov kev pab lossis yog lwm yam tshwj xeeb uas txwv tsis pub nthuav tawm yog tsis tau kev tso cai los ntawm tus neeg raug tsim txom?

TSIS
YOG

YOG

Yuav Tsum Raug Ceeb Toom Qhia

Sau daim ntawv ceeb toom rau lub koom haum tsim nyog. Yog tias muaj kev xaiv ntawm cov koom haum, muab cov kev xaiv no los sab laj nrog tus neeg dim siav. Xyuas kom meej, koj tsuas ceeb toom tau kiag txij li qhov yuav tsum tau qhia tawm xwb, thiab koj yuav tau ua raws li VAWA cov cai lossis npog raws li lwm cov tswv tuav nyiaj cov cai txwv tsis pub lwm tus paub. Koj tsuas ceeb toom tau cov ntaub ntawv ua yog raws li txoj cai pub xwb, dua li ntawv ces yuav tsum muaj ntaub ntawv tau kev tso cai los ntawm tus neeg dim siav ua ntej koj thiaj li yuav ceeb toom tau txog lwm yam ntxiv. Nco ntsoov npaj txoj kev tiv thaiv kev phom sij thiab muab kev txhawb nqa tsis tu ncu!





Me Nyuam Yaus Qhov Cuab Yeej Ntiag Tug

Daim Qauv Lus: Tus Neeg Tshaj Xov Xwm rau tsoom fwm Hais Lus Ntawm Tsev Kawm Ntawv

Qhov no yog tus qauv lus rau cov neeg sawv cev uas leej twg ua haujlwm nyob rau hauv thaj tsam xam muaj cai los txiav txim rau plaub ntug ntawv yog cov neeg tshaj xov xwm ceeb toom rau tsoom fwm. Nyob rau hauv cov lus no, cov neeg sawv cev hais lus rau ib pab tus ntxhais hluas hauv tsev kawm ntawv. Peb vam tias koj yuav kho cov lus sau hauv tsab ntawv no kom haum li qhov koj xav tau, nrog rau koj hom kev hais lus, cov kev xav tau ntawm cov menyuam uas koj pab, txoj kev cai li choj nyob rau ntawm koj cheeb tsam, thiab yam ua koj lub koom haum xav tau.

Nyob zoo, kuv lub npe hu ua _____, thiab kuv ua hauj lwm ntawm _____. Peb lub koom haum muaj kev pab dawb rau _____.

Kuv tuaj nov hnub no muaj tej yam tuaj qhia txog [kev tsis sib haum xeeb ntawm kev txij nkawm/kev raug yuam deev/kev thab plaub nyas soj tib neeg/kev tsim txom menyuam yaus]. Qhov kev ua phem no cuam tshuam rau coob leej ntau tus tib neeg hauv peb lub zej zog, raug peb ntau tus ua nyob rau hauv chav no. Muaj tej yam kuv hais yuav thooj li yog koj tus kheej, thiab tejzaum koj yuav muaj lus nug lossis kev txhawj xeeb ua koj xav tham txog.

Kuv yuav muab ib lub sij hawm rau koj nug koj cov lus, tab sis ua ntej kuv xav qhia tej yam tseem ceeb, xws li cov ntaub ntawv ntiag tus tsis pub lwm tus cuam tshuam. Peb lub koom haum ntseeg ruaj khov tias cov neeg dim kev tsim txom muaj txoj cai los txiav txim seb qhov twg thiaj yog qhov zoo tshaj rau lawv tus kheej thiab los tswjfw m seb yuav ua li cas rau lawv tej ntaub ntawv. Twb vim yog li ntawd, peb thiaj xav kom koj nkag siab txog tias yog muaj dab tsi txog tej yam ua koj qhia rau kuv hnub no lossis qhia lwm tus neeg [Koom Haum Lub Npe] rau lwm lub sij hawm.

Kuv yog tus neeg tshaj xov xwm rau tsoom fwm txog kev tsim txom menyuam yaus. Feem ntau, qhov no txhais tau tias yog kuv paub txog lossis kuv xav tias ib tug menyuam tau raug kev tsim txom los yog tab tom raug tsim txom lossis tsis muaj neeg saib xyuas, kuv yuav tsum tau ceeb toom tawm [qhia rau tub ceev xwm lossis qhia rau tsoom fwm uas tiv thaiv menyuam yaus]. Txawm tias kuv tsis yog ib tug neeg tshaj xov xwm rau tsoom fwm txog cov menyuam raug tsim txom, los nej yeej hu tau peb tus xov tooj yam tsis pub neeg paub, tsis tag yuav qhia npe lossis hnub nyoog, yog hais tias nej muaj lus nug txog tej yam ua tau tshwm sim rau nej lossis ib tug neeg nej paub. Yog tias koj qhia koj lub npe lossis koj tus xov tooj, tej zaum cov ntaub ntawv no yuav tau muab qhia tawm rau tsoom fwm raws li txoj cai yog thaum lawv nug txog lawm.

Kuv xav qhia ncaj qha rau koj txog kuv lub luag hauj lwm tshaj xov xwm rau tsoom fwm vim hais tias tej thaum nws kuj yog ib qho uas tus neeg dim kev tsim txom ntawv xav tau, tej thaum nws kuj tsis yog thiab. Yog tias koj xav nrog ib tug neeg tham txog kev raug tsim txom ntawm koj tus kheej, koj ib tug phooj ywg, los sis ib tug txheeb ze koj, kuv zoo siab yuav mloog. Tiam sis

thov kom koj paub tias nws nyob ntawm seb koj qhia yam dabtsi rau kuv, kuv yuav npog tsis tau tej yam tsis pub rau lwm tus paub; kuv yuav tau ceeb toom qhia tawm rau tsoom fwv raws li txoj cai.

Txawm hais tia kuv yuav yog ib tug neeg tshaj xov xwm raws txoj cai los tsis txhais hais tias txhua txhua tus yuav yog thiab. Nws yeej muaj ib co neeg koj tuaj yeem nrog tham tau, yam txwv tsis pub neeg paub txog thiab yuav tsis tha muab ceeb toom tawm. Nej yeej nrhiav tau cov npe no ntawm peb lub koom haum thiab ntawm cov koom haum uas peb cov neeg ua hauj lwm nrog thiab muaj kev ntseeg siab nyob rau ntawm daim ntawv kuv tau faib los rau nej.

Peb xav kom nej xaiv cov kev pab uas yuav txhawb tau nej tshaj. Peb cia siab tias qhov kev nthuav tawm no yuav qhia txog cov kev pab uas nej xav tau, yog li ntawv thaum nej xav tau kev pab thiaj li yuav muaj rau nej.

Tsis tas li xwb, kuv nqa tau ib lub “Thawv Nug Lus” nrog kuv thiab. Tom qab kuv qhov kev nthuav tawm, kuv yuav nug nej ib tug zuj zus kom nej sau tej yam rau daim ntawv uas kuv tau cev rau nej: Ib lo lus nug, ib lo lus hais, ib co lus qhia txog kuv qhov kev nthuav tawm hnuv no - koj txiav txim li cas. Tom qab ntawd, muab daim ntawv tais thiab coj los ntsaws rau hauv lub Thawv Nug Lus. Txawm tias koj tsis muaj lus nug peb dabtsi los sau tej yam tseg uas yuav pab tiv thaiv tau rau cov uas muaj lus nug.

Thaum kawg no, thov saib xyuas koj tus kheej kom zoo rau lub sij hawm ntawv thiab tom qab saib qhov kev nthuav tawm no. Peb yuav sim tsim ib qho chaw nyab xeeb rau ntawm no; puas tseem tshuav lwm yam uas peb yuav ua kom pab tau rau koj xis siab zog?

Puas muaj lus nug dab tsi ua ntej kuv yuav pib?