

ULO, PUSO, AT MGA KAMAY

**Kapag nasasaktan o nag-aalala ang mga tao,
masusuportahan natin sila kapag nagpakabait tayo.**



Gumuhit ng ulo - isulat sa loob kung ano ang posibleng isipin ng mga tao sa isang krisis



Gumuhit ng puso - isulat sa loob kung ano ang posibleng maramdaman ng mga tao sa isang krisis



Gumuhit ng kamay - isulat sa loob kung ano ang posibleng gawin o ikilos ng mga tao sa isang krisis



Isulat sa labas kung paano mo puwedeng gamitin ang iyong ulo para matulungan sila



ITANONG KUNG ANO ANG SUMASAKIT

Isulat sa labas kung paano mo puwedeng gamitin ang iyong puso para matulungan sila



SABIHIN SA KANILA NA HANDA KANG TULUNGAN SILA

Isulat sa labas kung paano mo puwedeng gamitin ang iyong mga kamay para matulungan sila



MAGBIGAY NG PANG-UNANG LUNAS O FIRST AID (KAILANGAN NG KASANAYAN)

Magandang paraan ng pagtulong ang pagpapagaan ng loob ng mga tao sa panahon ng pagsubok