



# **Steps to Protect Yourself from Pesticides (Vietnamese)**

## **Những Bước Tự Vệ Khi Gần Thuốc Trừ Sâu**



At work, pesticides can be on plants and in soil and irrigation water.

Ở nơi làm việc, thuốc trừ sâu có thể ở trên cây, trong đất, và trong nước tưới cây.



Pesticides may drift from nearby applications.

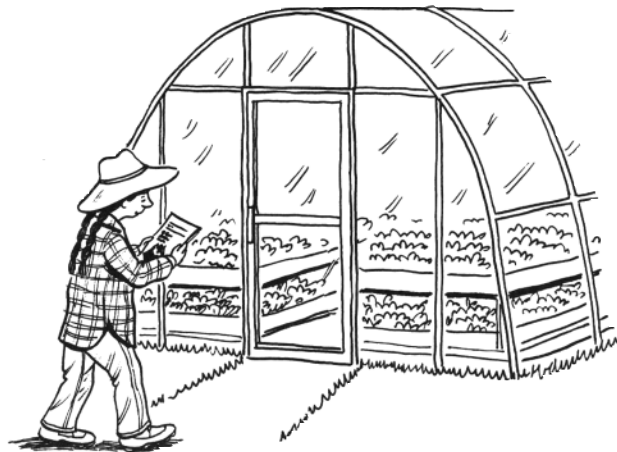
Thuốc trừ sâu có thể trôi giạt từ những nơi gần bên mà thuốc được áp dụng.



6 steps to protect yourself  
from pesticides.

---

Sáu bước tự vệ  
khi gần thuốc trừ sâu.



- 1 Follow directions and obey signs. Stay out of restricted areas.

- 
- 1 Nhớ làm theo những lời chỉ dẫn và tuân theo những bảng chỉ dẫn. Tránh khỏi các vùng cấm vào.



- 2 Wash your hands and face before you eat, drink, chew gum or tobacco. And...

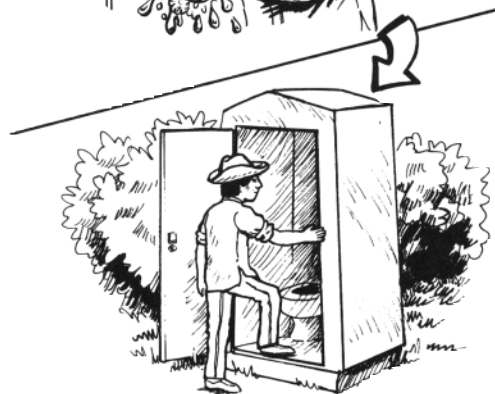


- 2 Rửa tay và mặt trước khi ăn, uống, nhai gum hoặc thuốc lá. Và...



Wash your hands **before** you  
use the toilet.

Rửa tay trước khi đi vệ sinh.



- 3** Wear work clothes that protect your body from pesticides.

- 3** Mặc những bộ quần áo làm việc mà có thể bảo vệ cho thân thể.

long-sleeved shirt  
áo dài tay

hat or scarf  
nón hoặc khăn choàng



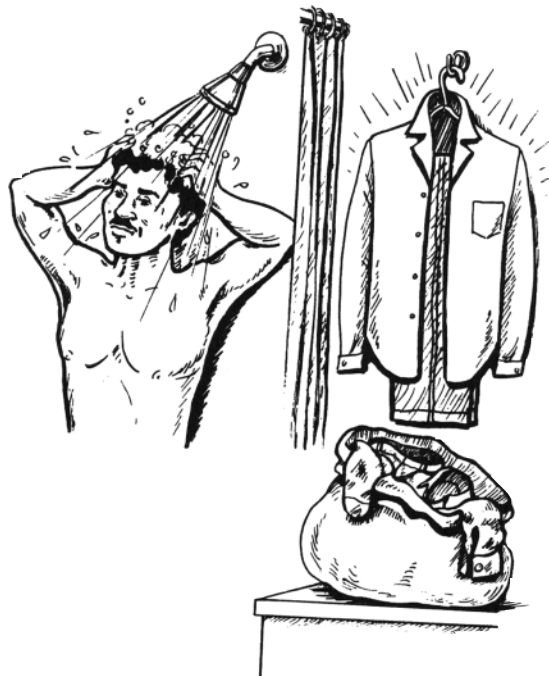
shoes and socks  
giày và vớ

long pants  
quần dài



- 4 After work, shower or wash your body with soap and water, and shampoo your hair. Then put on clean clothes.

- 4 Sau khi làm xong việc, tắm rửa với xà phòng và nước, gội đầu, và mặc quần áo sạch vào.



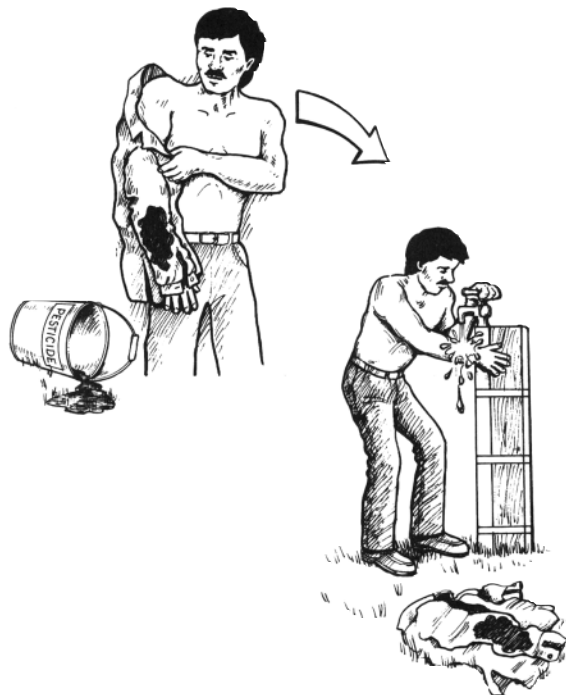
- 5** Wash your work clothes separately from other clothes before wearing them again.

- 5** Giặt quần áo làm việc riêng biệt và trước khi mặc lại.



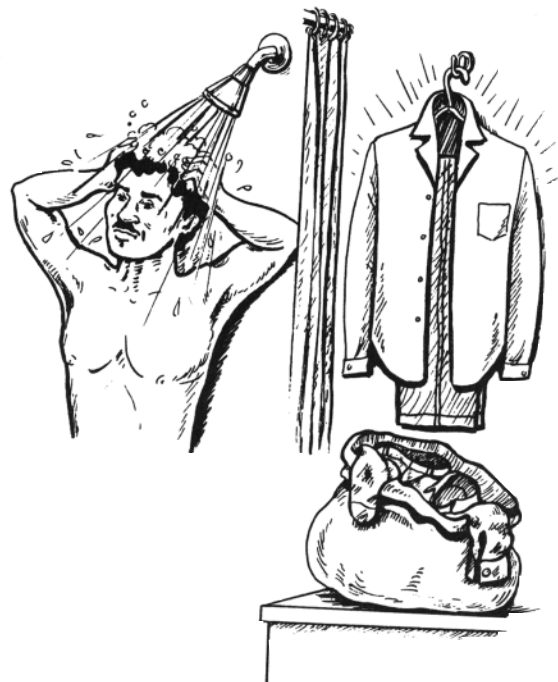
- 6 If a pesticide is spilled or sprayed on you, wash it off right away with clean water.

- 6 Nếu thuốc trừ sâu bị đổ hoặc xịt lên người, dội với nước sạch ngay lập tức.



Shower or wash yourself with soap and water, shampoo your hair, and put on clean clothes as soon as possible.

Tắm rửa với xà phòng và nước, gội đầu, và mặc quần áo sạch vào càng sớm càng tốt.



Within **5 days** more training in pesticide safety will be given to you.

Trong vòng 5 ngày, bạn sẽ được huấn luyện thêm về cách thức áp dụng thuốc trừ sâu an toàn.



For more information, contact the State Lead Agency in your area or the EPA Regional Office nearest you.

---

**Để được thêm thông tin, xin liên lạc với Cơ Quan Kiểm Soát Chất Sắt Tiểu Bang (State Lead Agency) trong khu vực của bạn hoặc với Văn Phòng Địa Phương của Cơ Quan Bảo Vệ Môi Sinh (EPA Regional Office) gần bạn nhất.**

**Region 1 (MA, CT, RI, NH, VT, ME)**

U.S. Environmental Protection Agency, Region 1  
Pesticides and Toxic Substances Branch (APT)  
1 Congress St.  
Boston, MA 02203 (617) 565-3273

**Region 2 (NY, NJ, PR, VI)**

U.S. Environmental Protection Agency, Region 2  
Pesticides and Toxic Substances Branch  
(MS-105)  
2890 Woodbridge Ave., Building #10  
Edison, NJ 08837-3679 (908) 321-6765

**Region 3 (PA, MD, VA, WV, DE)**

U.S. Environmental Protection Agency, Region 3  
Toxics and Pesticides Branch (3AT-30)  
841 Chestnut Building  
Philadelphia, PA 19107 (215) 597-8598

**Region 4 (GA, NC, SC, AL, MS, KY, FL, TN)**

U.S. Environmental Protection Agency, Region 4  
Pesticides and Toxic Substances Branch  
(4-APT-MD)  
345 Courtland St., N.E.  
Atlanta, GA 30365 (404) 347-5201

**Region 5 (IL, MI, MN, IN, OH, WI)**

U.S. Environmental Protection Agency, Region 5  
Pesticides and Toxic Substances Branch (5SPT)  
77 W. Jackson Blvd  
Chicago, IL 60604 (312) 886-6006

**Region 6 (TX, OK, AR, LA, NM)**

U.S. Environmental Protection Agency, Region 6  
Pesticides and Toxics Branch (6I-P)  
1445 Ross Ave.  
Dallas, TX 75202-2733 (214) 655-7235

**Region 7 (MO, KS, IA, NB)**

U.S. Environmental Protection Agency, Region 7  
Toxics and Pesticides Branch (TOPE)  
726 Minnesota Ave.  
Kansas City, KS 66101 (913) 551-7020

*EPA Regional Offices continued on back*

---

## **EPA Regional Offices/continued**

### **Region 8 (CO, MT, ND, SD, UT, WY)**

U.S. Environmental Protection Agency, Region 8

Toxic Substances Branch (8ART-TS)

One Denver Place, Suite 500

999 18th St.

Denver, CO 80202-2405 (303) 293-1730

### **Region 9 (CA, NV, AZ, HI, GU)**

U.S. Environmental Protection Agency, Region 9

Pesticides and Toxics Branch (A-4)

75 Hawthorne St.

San Francisco, CA 94105 (415) 744-1090

### **Region 10 (WA, OR, ID, AK)**

U.S. Environmental Protection Agency, Region 10

Pesticides and Toxic Substances Branch (AT-083)

1200 Sixth Ave.

Seattle, WA 98101 (206) 553-1091