



# Yuav tuav koj tus me nyuam li cas thaum lub sij hawm txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob

Kev ua zoo tuav yuav pab txo kev ntshai thiab tiv thaiv koj tus me nyuam kom txhob txav thaum lub sij hawm txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob. Nrog rau tej yam ua rau tsis nco ntshai, tham dab neeg, hu nkauj, los sis ua pa loj loj, ua tib zoo tuav yuav ua rau txhaj tshuaj tiv thaiv tau yooj yim dua.

**Hauv qab no yog ib co kev qhia tuav koj tus me nyuam. Koj tus kws kho mob tej zaum kuj yuav qhia tswv yim tuav uas txawv qhov nov thiab thaum txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob**

## Puag cov me nyuam mos

- Puag koj tus me nyuam rov tav saum koj ob txhais ncej puab.
- Muab koj tus me nyuam txhais tes uas npuab koj tuav npuab koj lub xub ntiag LOS SIS tais rau hauv koj lub qhov tso es puag nws kom khov khov.
- Tuav koj tus me nyuam txhais npab thiab txhais ceg uas nyob rau sab nraud kom ruaj ruaj.
- Muab koj tus me nyuam lub hauv caug ntawm txhais ceg saub nraud quav. Li no thiaj pab kom nws txhais ncej puab tso muag muag.



## Puag cov me nyuam me tig rov tav

- Puag koj tus me nyuam rov tav saum koj ob txhais ncej puab.
- Muab koj tus me nyuam sab tes uas nyob ti koj npuab koj lub xub ntiag LOS SIS tais rau hauv koj lub qhov tso mus rau tom koj lub nrob qaum. Pheeb koj lub nrob qaum kom ti nkaus rau lub tog.
- Muab koj txhais npab puag tus me nyuam lub nrob qaum thiab tuav tus me nyuam lub duav thiab txhais npab sab nraum ub kom khov khov, puag tus me nyuam kom tis rau koj lub cev.
- Siv koj ib txhais npab tuav koj tus me nyuam txhais npab kom khov khov rau ntawm nws lub plab.
- Muab tus me nyuam ob txhais ceg tais rau ntawm koj ob txhais ncej puab.



## Puag xub ntiag sib npuab (sib khawm los sib puag)

- Muab tus me nyuam puag zaum saum koj ob txhais ncej puab tig xub ntiag npuab rau koj lub xub ntiag thiab kom nws ob txhais ceg cuam koj lub duav.
- Muab koj ob sab npab khawm tus me nyuam lub duav.
- Muab tus me nyuam ob txhais npab khawm koj lub duav thiab tais nrog koj ob sab qhov tso.
- Kom tus me nyuam pheeb nws lub taub hau rau ntawm koj lub xwb pwg thiab tig nws lub ntsej muag mus rau ib sab kom tsis txhob pom qhov yuav txhaj tshuaj.
- Yog koj tus me nyuam ob txhais npab khawm sib cuag tau tag nrho koj lub nrob qaum, ces muab koj lub nrob qaum maj mam nias nws ob txhais tes kom tis nkaus rau lub tog.



## Puag Nrob Qaum Npuab Hauv Siab (tig xub ntiag rau tom ntej)

- Puag koj tus me nyuam zaum saum koj sab ncej puab es muab nws tig nrob qaum npuab koj sab xub ntiag.
- Tuav koj tus me nyuam thaum lub sij hawm txhaj tshuaj, muab koj sab tes xis tuav tus me nyuam sab tes laug ces muab koj sab tes lauj tuav tus me nyuam sab tes xis.
- Muab tus me nyuam ob txhais ceg tais rau hauv koj ob sab ncej puab thiab qhaib koj ob txhais ceg tais tus me nyuam ob txhais ceg.
- Saib tus me nyuam lub taub hau kom thaum nws nti tsis txhob tsoo raug koj lub ntsej muag.



## Puag Xub Ntiag Sib Npuab (sib khawm los sib puag)

- Muab koj tus me nyuam zaum saum koj ob txhais ncej puab tig hauv siab npuab koj hauv siab thiab muab nws ob sab ceg cuam koj lub duav.
- Muab koj ob sab npab khawm tus me nyuam lub duav.
- Muab koj tus me nyuam ob sab npab khawm koj lub duav thiab muab koj ob sab npab tais cia kom ruaj.
- Kom koj tus me nyuam pheed nws lub taub hau rau ntawm koj xwb pwg kom tsis txhob ntsia pom qhov yuav txhaj tshuaj.
- Yog koj tus me nyuam ob txhais npab khawm sib cuag tau tag nrho koj lub nrob qaum, ces muab koj lub nrob qaum maj mam nias nws ob txhais tes kom tis nkaus rau lub tog.



## Puag Tig Rov Tav

- Puag koj tus me nyuam zaum saum koj ob txhais ncej puab tig rov tav.
- Muab tus me nyuam txhais npab uas nyob ze rau koj khawm koj ib sab nrob qaum ces maj mam nias koj lub nrob qaum pheed rau lub tog.
- Muab koj txhais npab puag tus me nyuam sab nrob qaum thiab tuav tus me nyuam sab caj npab.
- Siv ib sab tes tuav tus me nyuam txhais npab tom ub thiab tuav ob txhais ceg cia.



## Puag Sab Tav Npuab Sab Tav

- Zaum npuab tus me nyuam ib sab thiab muab koj txhais npab puag tus me nyuam lub xwb pwg.
- Puag tus me nyuam kom ti koj.
- Muab tus me nyuam txhais npab khawm koj ib sab nrob qaum ces maj mam nias koj lub nrob qaum pheed rau lub tog.
- Tuav tus me nyuam txhais npab npuab koj lub cev.

