

**Paub tej yam tshwm sim txawv  
+ cov tsos mob ntawm tus mob  
kheesxaws rau  
lub ncauj  
qhov quav**



# TUS MOB KHEESXAWS RAU LUB NCAUJ QHOF QUAV COV TSOS MOB



Tso quav ntshav, qhov quav los ntshav, thiab/los sis tso tau quav txawv txawv



**Tso quav txawv los sis pom ntshav hauv lub qhov viv tom tso quav tag**



Cia li qaug zog los sis tsis muaj zog



**Ntshav liab tsis txaus**



Poob phaus yam uas tsis yog txhob txwm



**Mob plab chaub tas li los sis mob duav**



Zoo li tsam tsam plab, los sis tsis xis nyob los sis hnov dim quav tab sis tsis muaj quav tso



**Tej thaum tus mob kheesxaws rau lub ncauj qhov quav no tsis hnov mob qhov twg li**

Mob kheesxaws rau nyhuv quav yeej ua tau rau yus tsis tau taub li. Mob plab los sis tso quav txawv yog tej yam uas pom tshwm sim heev dua. Tab sis tsis txhais tau hais tias yuav yog ib qho mob loj li kheesxaws rau lub ncauj qhov quav.

Kawm kom paub txog cov tsos mob.

Tiv tauj koj tus kws kho mob thaum cov tsos mob no tshwm sim tsis so los sis muaj tshaj ib qho.

**Ze 90% ntawm cov neeg mob kheesxaws rau lub ncauj qhov quav no yeej muaj qhov kho tau yog tias ntes tau thaum ntxov. Mus kawm txog thiab mus kuaj yus tus kheej raws raws sijhawm.**