

Yuav Ua Licas Thiaj Nkag Siab
Koj Tus Menyuam Yaus:

Cov Tswvvyim Zoo Pab Cov Menyuam Yaus Noj Mov



Qhov uas koj tus
menyuam qab los noj mov
npaum licas yeej txawj
hloov ib hnub dha hnub
thiab ib pluag rau ib pluag.

Txhua tus menyuam los
yeej muaj tej lub sijhawm
uas nws tsis kam noj mov.
Ntawd yog ib feem ntawm
kev loj hlob. Yog koj nkag
siab koj tus menyuam
coj licas ces lub sijhawm
noj pluas mov yuav haj
yam yoojyim.



**Koj tus menuam loj hlob
ib nyuag qeeb zog.**

Tej Zaum Koj Yuav Pom Ua Li No:

- Tej hnub nws tsis tshua noj ib yam dabtsi.
- Nws noj tsis npaum li lwm tus menuam.
- Nws noj nws cov mov tsis tas.
- Ua ntej zoo li nws noj ntaw zuj zus tuaj, tiamsis tau ib ntus no nws tsis noj ntaw zuj zus lawm.

Cov Tswvyim Zoo Sim:

- Ua zoo saib seb nws puas ua licas qhia koj tias nws tshaib plab lossis tsau plab. Txhob txhawj txog tias nws noj ntaw npaum licas rau txhua pluag.
- Muab tej koom noj uas huv rau lub cev rau nws noj txhua hnub thiab txhua lub lim tiam.
- Thaum xub thawj muab ib qho me me rau nws noj xwb. Yog nws noj tag es nws coj li nws tseem tshaib plab, kavtsij muab ntxiv rau nws.



**Koj tus menuam haj yam
nco tau ub no dua qhov qub.**

Tej Zaum Koj Yuav Pom Ua Li No:

- Nws kam sim noj tej koom noj tshiab.
- Nws tsuas kam noj ob peb yam koom noj.
- Nws tsis kam noj tej hom koom kiag li, xws li cov zaub ntsuab.
- Nws xum noj mis, kua txiv, lossis haus tej yam dej dua li noj koom tawy.
- Dhau koj nws tsis kam lwm tus pub mov rau nws noj.

Cov Tswvyim Zoo Sim:

- Khaws cov koom noj uas nws nyiam tshaj plaws cia rau qhov chaw uas tsis pom yog yuav tsis muab rau nws thaum noj plus mov.
- Muab tej yam koom rau nws noj ntaw zaum, tiamsis txhob yuam nws. Tseem ceeb heev rau nws pom, hnia, thiab kov tej koom noj txawm nws noj lossis noj tsis xij peem.
- Ua siab ntev! Tej zaum yuav siv sijhawm ntev loo nws mam li swm ib yam koom noj twg.



Koj tus menyuam yaus nyiam ua tej yam qub mus los tas li.

Tej Zaum Koj Yuav Pom Ua Li No:

- Nws tsis noj yog tias nws tsis noj ntawm lub phaj lossis lub tais uas nws nyiam.
- Nws pheej quaj thaum pub mov rau nws noj thaum nyob rau ib qho chaw txawv dua qhov qub.
- Nws quaj thaum muab khoom noj rau nws es tsis muab taub mis.

Cov Tswvyim Zoo Sim:

- Ua tej yam qub mus los tas li xwv thiaj yoojyim rau koj thiab koj tsev neeg thaum noj tej plus mov ua ke.
- Thaum sim ua tej yam qub mus los ua ntej ua qab tas li yuav tsum ua li ntawd cuag ncua. Yuav siv sijhawm rau koj tus menyuam kawm tej yam tshiab ntawd uas koj qhia rau nws.
- Thov WIC kom qhia ntxiv seb yuav ua licas thiaj ua tau tej yam qub mus los tas li xwv koj tus menyuam thiaj ntsiag thiab mloog lus.

Koj tus menyuam tseem kawm txog tej khoom noj thiab tseem kawm xuas nws cov ntiv tes los noj mov nws tus kheej.

Tej Zaum Koj Yuav Pom Ua Li No:

- Thaum noj mov ua sw sw.
- Tsis kam xuas diav noj.
- Nws xav pub rau nws tus kheej noj.
- Nws nrog cov khoom noj ua si xwb es tsis noj lawm.
- Nws muab tej khoom noj pov rau hauv pem teb.

Cov Tswvyim Zoo Sim:

- Sim muab tej khoom noj rau nws uas tsis phomsij rau nws xuas ntiv tes ntsiab los noj nws tus kheej.
- Ncua sijhawm rau nws xwv thiaj swm tej khoom noj zuj zus. Ua li nws thiaj haj yam kam saj rau lwm lub sijhawm.
- Khaws ib daim ntaub so ntub dej ntawm koj ib so uas yuav siv tau ntxuav sai sai thaum noj tej plus mov thiab khoom txom ncauj.



**Koj tus menuam yuav tsum
xyaum ua tej txuj tshiab
xws li sawv ntsug, mus kev,
thiab dhia.**

Tej Zaum Koj Yuav Pom Ua Li No:

- Nws tsis kam zaum.
- Nws tsis nyiam noj thaum zaum menuam lub rooj zaum.

Cov Tswvyim Zoo Sim:

- Ncua sijhawm ntaw rau koj tus menuam xyaum cov txuj tshiab no ntaw thaum nruab hnub.
- Ua kom lub sijhawm uas noj pluas mov ua ke thiaj lomzem! Yog koj nrog nws tham pem thaum nws zaum hauv menuam lub rooj zaum tej zaum yuav pab kom nws nyob twj ywm.



**Yeej nyuaj rau koj tus
menuam quav ntsej tas
li thaum muaj ub no tshwm
sim ib ncig ntawm nws thiab
nws hnov tej suab nrov ntaw.**

Tej Zaum Koj Yuav Pom Ua Li No:

- Nws quav ntsej thaum pub mov rau nws noj.
- Nws xum noj khoom txom ncauj dua noj ib pluag kiag.
- Nws siv sijhawm ntev dhau hwv noj mov kom tas.
- Nws xum nrog lub xovtooj ua si dua li noj mov.

Cov Tswvyim Zoo Sim:

- Txvv tsis pub kom muaj tej suab nrov ntaw nyob ib ncig ntawm nws thaum noj mov. Piv xam li, yog lub TV ua kom nws quav ntsej tsis tau, tej zaum nws yuav tsis quav ntsej qhov uas pub mov rau nws noj.
- Khaws lub xovtooj thiab lwm yam khoom uas tsis pub nws nrog ua si cia rau ib qhov chaw uas nws yuav tsis pom.
- Zaum ze rau nws thiab nrog nws tham txog tej khoom uas nws noj ntawd.