

Yuav Ua Licas Thiaj Nkag Siab Koj Tus
Menyuam Yaus:

Cov Tswvyim Pab Rhawv Qhov Kev Ua Tej Yam Qub Mus Los Tas Li Lossis Muab Hloov



Qhov uas ua tej qhov qub mus los tas li yog licas tiag?

- Yog qhov uas ua ib yam dabtsi uas muaj cov kauj ruam uas ua ntej ua qab thiab pheej ua tas ua thiab.
- Qhov uas ua tej qhov qub mus los tas li **tsis yog** qhov uas muab teem cia rau ib lub sijhawm twg. Qhov uas tseem ceeb yog ua tej yam qub mus los tas li ua ntej ua qab tsis muab hloov li. Ua lub sijhawm twg los tsis ua licas.

Cov menuam yaus yuav nco qab tej yam uas ua no ib qho ib qho zuj zus es muab cim ntsoov cia.

- Koj tus menuam yaus yuav cim ntsoov tej yam no cia raws li tej yam qub uas ua mus los tas li hauv nws lub neej. Nws cim ntsoov tau cuag li yog ib zaj dab neeg. Nws cim ntsoov tias qhov twg ua ntej qhov twg ua qab. Nws siv tej uas cim ntsoov no pab nws twv seb dabtsi yuav tshwm sim.
- Thaum nws paub dabtsi yuav tshwm sim txuas mus ntxiv ces nws tsis ntshai thiab nws tso siab tau. Yog tias ho muaj tshwm sim txawv qhov uas nws twv tau ces tej zaum nws kuj yuav npau taws lossis chim.
- Tej zaum nws tseem yuav cim ntsoov tej kauj ruam uas koj twb tsis npaj tias yog yam uas nws yuav tsum ua mus los tas li.

Koj yog tus pab koj tus menuam yaus cim ntsoov tej yam no heev tshaj plaws!

- Qhov uas ua tej qhov qub mus los tas li pab tau kom koj tus menuam nyob siab tus thiab mloog lus.
- Koj kuj xaiv ua tej yam uas haum koj thiab koj tsev neeg tshaj plaws los tau.
- Thaum koj ua tej yam qub mus los tas li, koj tus menuam yuav cim ntsoov tej yam no cia.
- Lub tswvyim no yeej zoo siv tau rau ntawm yam uas niaj hnub ua. Pivxam li, siv tau rau thaum noj plusas mov, hloov daim pawj, thiab lub caij yuav mus pw.

Yeej tsis nyuaj pab koj tus menuam cim ntsoov tej yam uas ua no cia!

- Txhua yam uas ua no, yuav tsum xaiv ob peb kauj ruam ua. Ua kom yoojyim nawb!
- Ua cov kauj ruam no kom ib qho ua ntej ib qho ua qab zuj zus thiab ua tib yam nkaus li ntawd txhua zaum tsis muab hloov li. Yeej tseem ceeb heev kom ua tib yam nkaus txhua zaum tsis muab hloov li.
- Ua siab ntev! Yeej yuav siv sijhawm rau koj tus menuam cim ntsoov tej yam no cia es muab ua li bj zaj dab neeg hauv nws lub hlwb.

Qhov no yog ib qho piv txwv uas qhia tau tias thaum tso menuam mus nyob rau ib lub tsev zov menuam tshiab ho ua tau licas thiaj ua tau tej yam qub mus los tas li.

- Thaum sawv mus caij tsheb, hu zaj nkauj uas nws nyiam tshaj.
- Muab nws zaum menuam lub rooj caij tsheb es tsav mus pem lub tsev zov menuam.
- Thaum tuaj txog lawd, muab nws tshem tawm hauv lub tsheb. Sib tuav tes thaum tseem taug kev mus txog pem lub tsev.
- Muab nws khawm thiab hais ob peb lo paj huam sib dhos ua si rau nws ua ntej koj tawm hauv lub tsev zov menuam mus.

Yog ua cov kauj ruam li no ib qho zuj zus ua ntej ua qab tas li, nws yuav muab cim ntsoov hauv lub hlwb cuag li yog dab neeg. Nws yuav kawm tau tias thaum ua cov kuaj ruam no tas ces koj yuav tseg nws nyob rau ntawm lub tsev zov menuam.

Thaum nws paub tias dabtsi yuav tshwm sim txuas ntxiv mus ces tej zaum yuav pab tau kom nws nyob siab tus thaum koj sawv kev mus.



Thaum yuav hloov tej yam qub uas ua mus los tas li.

Yog twb rhawv tau cov kauj ruam qub tas es xav muab hloov ces:

1. Hloov thawj qhov kauj ruam. Thawj qhov kauj ruam mas yuav tsum muab hloov **kom txawv qhov qub** deb heev.
2. Ces mam hloov cov kauj ruam li no ntxiv mus, hloov qhov uas qhov twg ua ntej qhov twg ua qab hloov, ntxiv lossis tshem ib co kauj ruam los tau.
3. Yeej meem ua cov kauj ruam tshiab no cuag ncua tsis muab hloov li thiab ua siab ntev.

Nov yog ib qho piv txwv:

Thaum yuav muab khob rau menuam haus es tsis pub haus ntawm taub mis ntxiv kuj yog ib qho nyuaj heev rau tej tug. Cov menuam yaus yeej kheev chim tuaj thaum lawv xav tau taub mis tiamsis ho muab khob rau lawv haus. Qhov uas rhawv cov kauj ruam tshiab uas yuav ua mus los tas li tej zaum yuav pab tau thiab.

Ua ntej yuav pib, muab nws lub rooj zaum (high chair) tshais rau ib qho chaw tshiab. Thiab ib qho uas ua tau ntxiv yog muab cov khob cia rau ib qho chaw txawv ntawm chaw uas muab cov taub mis cia.



Cov Kauj Ruam Qub

1. Muab taub mis thanu los es muab cia saum rooj.
2. Muab cov kua mis thanu los es muab nws hliv rau hauv taub mis ze ze rau ntawm lub tub yees.
3. Muab koj tus menuam tsaws es coj nws thiab taub mis ua ke mus tom lub xaloos.
4. Puag nws thiab muab taub mis rau nws noj.



Cov Kauj Ruam Tshiab

1. Muab nws tso rau hauv nws tso rau hauv nws lub rooj zaum (high chair). Nrog nws tham txog nws lub khob.
2. Muab lub khob thanu los es muab txawb saum lub rooj kom deb ntawm lub tub yees.
3. Muab cov kua mis thanu los es muab nws txawb saum rooj kom ze lub khob. Muab cov kua mis hliv rau hauv lub khob.
4. Coj lub khob los rau ntawm nws lub rooj zaum (high chair) thiab ua zoo nrog nws tham thaum nws tseem tab tom haus.

Thaum nws pom ua raws li cov kauj ruam no ntaw zaum, nws yuav tsis nco qab txog taub mis hlo li. Nws haj yam yuav ua zoo txais lub khob thiab tsis chim tuaj.