

# NTAUB NPOG QHOV NCAUJ QHOV NTSWG TSEEM CEEB HEEV

Thaum koj tawm rooj mus qhov twg sib ze tib neeg, txhua txhia zaus lawv hais lus, hnoos, txham ntswg, cov tee aub ncaug uas txaws tuaj ntawm lawv lub qhov ncauj yuav nkag mus rau hauv cov pa ua koj nqus. Tej zaum cov tee aub ncaug no yuav muaj kab mob nyob rau hauv uas koj paub tsis txog. Vim muaj li no, thaum koj tawm rooj, nws tshwj xeeb rau koj kom koj nyob sib deb sib nrug ntawm lwm leej lwm tus thiab looj daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, uas pov hwm koj thiab lwm leej lwm tus nyob ib cheeb tsam ntawm koj nyob kom txhob kis tej yam uas yuav ua mob ua nkeeg. Qhov no yuav pab kom cheem tau tus kab mob COVID19. Ua raws li cov lus txheej txheem no kom koj looj thiab tu tau koj daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg zoo.

## ✓ UA LI NO



✓ **UA LI NO** Thaum koj yuav looj daim ntaub, siv cov te huv si.

✓ **UA LI NO** Looj daim ntaub kom npog tau lub taub ntswg, lub qhov ncauj thiab lub qab puab tsaig.

✓ **UA LI NO** Muab daim ntaub khiab rau koj ob lub pob ntseg kom haum koj ob sab plhu.



✓ **UA LI NO** Kho daim ntaub kom yus ua tau pa yooj yim.

✓ **UA LI NO** Tom qab koj hle daim ntaub, ntxuav koj ob txhais tes.

✓ **UA LI NO** Ntxhua daim ntaub txhua txhia zaus koj siv tas lawm.

## ✗ TXHOB UA LI NO



✗ **TXHOB UA LI NO** Txhob looj rau lwm qhov chaw ntawm koj lub ntsej muag ua tsis npog koj lub taub ntswg, qhov ncauj thiab puab tsaig.

✗ **TXHOB UA LI NO** Txhob kov los sis tshem koj daim ntaub yog koj tsis tau siv dej los sis siv tshuaj ntxuav tes.

✗ **TXHOB UA LI NO** Txhob muab daim ntaub looj qhov ncauj qhov ntswg rau cov me nyuam uas muaj hnuv nyoog 2 xyoo rov hauv los sis rau tej tug neeg uas tsis txawj ua pa los sis tsis muaj zog tshem nws daim ntaub nws tus kheej.