

# Huas ua ntej av qeeg!

California qhov kev npaj rau av qeeg

## Tej qib yuav tau ua raws

### Av qeeg - Kev paub qho me ntsis txog nkaum, npog thiab tua cia

Thaum koj mloog yog av qeeg, nkaum kiag nyob hauv qab rooj sau ntawv los yog qab rooj noj mov uas tawv tawv. Nyob kom nrug deb ntawm tej qhov rai, tej txe rau ntawv, tej tub, tej tsom iav, tej paj dai thiab lwm yam khoom nyhav nyhav uas vau tau ntawd. Saib tej qab nthab uas yog siv plaster ua los yog daim qab nthab uas yog muab txhais ntim lo. Nyob twj ywm hauv qab qhov thaiv yus ntawd mus txog rau thaum qhov co co nres. Tuav lub rooj sau ntawv los yog lub rooj noj mov ruaj ruaj. Yog nws txav, txav nrog nws. Nyob nram qab no yog kev paub qho me ntsis ntiv rau tej qhov chaw nkaus xwb.

- ◆ Yog hais tias koj nyob rau tej lub **TSEV SIAB SIAB**, thiab koj tsis nyob ze lub rooj sau ntawv los yog lub rooj noj mov, txav mus ze rau cov phab ntsa uas nyob hauv nruab nrab lub tsev, thiab muab koj ob txhais caj npab thaiv koj lub taub hau. Tsis txhob siv tus ntaiv hluav taws xob (elevator). Tsis txhob ceeb yog hais tias lub tswb tsev kub nyhiab nrov los yog cov txuas tua hluav taws txuas dej.
- ◆ Yog koj nyob **NRAUM ZOOV**, txav mus nyob rau qhov qhib lug deb ntawm tej ntoo, tej paib, tej tsev siab los yog deb ntawm qhov cov hlua fai fab thiab tus ncej faj fab yuav vau los ncaj.
- ◆ Yog koj nyob ntawm **NTUG KEV ZE RAU LUB TSEV SIAB**, mus nkaum rau hauv lub qhov rooj kom thaiv koj rau ntawm cov thawv cib uas poob los, tej tsom iav uas poob, tej vuas thiab lwm yam uas tawg ntsoog me me ntawd.
- ◆ Yog koj **TSAV LUV**, tsav mus rau ntawm ntug kev thiab nres. Tsis txhob nres ze ntawm tus choj, ze qhov cab xov tooj fai fab thiab lwm yam uas yuav puas tsuaj. Nyob twj ywm hauv lub luv mus txog thaum qhov co co tag.
- ◆ Yog koj nyob hauv **LUB TAJ LAJ UAS MUAJ NEEG COOB COOB LOS YOG TEJ CHAW RAU PEJ XEEM SAWV DAWS**, tsis txhob maj khiav mus ntawm lub qhov rooj tawm. Txav deb deb ntawm tej txe tej them uas yuav vau tau ntawd.
- ◆ Yog koj yog neeg **ZAUM HAUV LUB ROOJ THOB LOG** rau cov neeg puas tes taw, zaum twj ywm nyob hauv. Txav mus rau qhov yuav muaj yam thaiv koj yog tias ua tau, xauv cov log kom txhob ntog tau thiab muab koj ob txhais caj npab thaiv koj lub taub hau.
- ◆ Yog koj nyob hauv **CHAV UA NOJ**, txav deb deb ntawm lub txe txias, lub qhov cub thiab tej txe nyob saum taub hau. (Tam sim no siv lub sij hawm los cam tej khoom siv loj loj no thiab ua liaj rau tej txe kom kev puas tsuaj ntawd tsawg).
- ◆ Yog koj nyob tom lub **TSHAV NCAWS POB** los yog lub **TSEV SAIB YEES SIV** (theater), zaum twj ywm ntawm koj lub rooj zaum thiab muab koj ob txhais caj npab los thaiv koj lub taub hau. Tsis txhob sim tawm khiav mus txog thaum lub sij hawm uas qhov co co no nres. Tom qab ntawd mam tawm mus ntsiag to thiab mam mus ib tug dhau ib tug zuj zus.

**Tom qab av qeeg, yuav tsum npaj cia tos thaum av nqawm es nws rov qeeg dua. Thiab npaj tias koj yuav nkaum nyob qhov twg yog nws co tuaj.**