



Sau cia rau koj daim calendar:

Yog hnuv ntaug taw mus tsev kawmntawv thoob teb chaws

Nyob zoo txog niam txiv:

Peb thov nqua hu rau txhua tus tias peb lub tsev kawmntawv yuav koom nrog Hnuv taug kev thoob tebchaws nyob rau hnuv _____. Hnuv ntawm yuav ua yooj yim: Cov tubntawv, Cov niam txiv, Cov saibxyuas menyuum thiab cov naiskhus tom tsev kawmntawv yuav taug kev mus tsev kawm ntawv ua ke rau hnuv ntawd.

Ohov taug kev hnuv no, koj yuav pab nqua hu hais txog kev cheem tsum ntawm:

- ✓ Qhia txog kev xyuam xim hais txog tsheb hla kev rau menyuum yaus.
- ✓ Ceeb toom cov laus kom tsav tsheb xyuas xim thaum nyob ze tsev kawm ntawv.
- ✓ Tsim thiab kho kom tsis muaj teeb meem rau menyuum yaus ntaug kotaw, tseem ceeb yog thaum taug kev mus tsev kawmntawv.
- ✓ Qhia kom peb paub txiav txim siab yuav ua tej yam uas kom txoj kev ntaugntaw zoo yooj yim rau cov neeg taug kev.
- ✓ Txhawb nqa qhov tseeb hais txog tias menyuumyaus yuav tsum tau sivzog kom tawm hws es thiab li kho thiab tsis muaj mob nkeeg.
- ✓ Txhawb nqa kom tsev neeg muaj kev lom zem thiab siv sijhawm taug kev ua ke. Nov yog ib yam yooj yim uas pab kom muaj kev noj qab nyob zoo.

Thov sawvdaws sib pab ua kom peb lub zos yoojyim ntxim rau menyuum yaus taug kev. Koj yuav pab tau yog qhov koj nrog menyuum ntaug taws ua ke rau _____.

Sau Npe,

Yog koj xav pab txog hnuv no lossis nrog taug kev, thov koj hu rau qhov chaw hauv qab no uas ze koj.

Yog tias koj thiab/Losis koj tus menyuum niaj hnuv taug kev mus tsev kawm ntawv lawm, hnuv hais txog no yog qhov uas ua tsaug lossis lees paub txog koj, thiab thov kom koj cov menyuum taug kotaw kom xyuam xim ntxiv mus.

Yog koj thiab koj menyuum tseem tsis tau ntaug taw mus tsev kawmntawv —lossis mus zaum puav xwb — hnuv taug kev no yuav pab kom koj paub txoj kev mus tsev kawmntawv kom zoo. Koj yuav piav txog tej yam uas yuav teeb meem — thiab hais txog tej yam zoo raws txoj kev mus kawm ntawv.

Yog hais tias koj nyob deb heev dua uas yuav taug kev mus tsev kawm ntawv, lossis muaj ntau yam tsis zoo thaiv kev, ces faib ua ob ntus kev. Caj tsheb lossis npav mus ntu thij ib. Ces mam li ntaug kotaw mus ntxiv kom txog tsev kawmntawv. Koj yuav kawm tau ntau yam thaum koj nrog koj menyuum ntaug taw mus tsev kawmntawv.