



## NIAM TXIV NTAWM COV MENYUAM 0-5 XYOOS

# Tham, Nyeem thiab Sau Ntawv Nrog Rau Koj Tus Menyuum Txhua Hnub

**Koj tus menyuum loj hlob ceev thiab txoj kev kawm los ceev. Siv cov kev pab li nram qab no pab koj tus menyuum rau tom vaj tom tsev.**

**Saib Ntawv.** Txhua tus menyuum, txij li thaum lawv yug los. Menyuum nyiam nyeem ntawv thiab kom nyeem ntawv rau lawv. Tham nrog lawv txog tej duab thiab cia lawv nug tej lus nug.

**Muaj Lus Nug.** Cob qhia koj tus menyuum thiab nug kom koj tus menyuum xyaum teb tej lus nug txog tej khoom nyob ib ncig ntawm lawv.

**Qhia Cov Tsiav Ntawv Rau Lawv.** Muab tej zauv los yog lej lo rau ntawm lub taub yis (refrigerator) thiab pab koj tus menyuum kom nyeem thiab paub hais xws li Niam (Mom), Txiv (Dad) los yog lawm lub npe. Qhia rau koj tus menyuum txog tej zauv ntawm tej duab thiab hauv khwv thiab qhia rau lawm kom paub hais tawm ua suab.

**Cia Law Xyaum.** Muab ntawv thiab xaum rau koj tus menyuum los yog xaum-xim thiab cia lawv “xyaum sau ntawv” rau lawv tsev neeg, kos lawv lub npe thiab kos ua duab.

**Mus Saib Tsev Rau Ntawv.** Koj lub Tsev Rau Ntawv nyob ib cheeb tsam ntawm koj uas yuav pab nrhiav tej ntawv kom koj tus menyuum nyiam nyeem uas yog pab dawb xwb. Tsev Rau Ntawv kuj muaj tej ntawv uas muab hais rau hauv kab xev; koj tus menyuum yuav muaj tsab peev xwm nyeem phau ntawv nrog rau lub sijhawm mloog daim kab xev.

**Nyeem Paj Huam Rau Menyuum.** Tej paj huam uas muaj lus sib dhos yuav lom zem thiab pab koj tus menyuum kom paub hais ua suab.

**Xyaum Tsim Ntawv.** Muab ob peb daig ntawv coj los quav nrub nrab, txiav duab ntawm tej ntawv qhauj (magazines), coj los lo rau hauv phau ntawv thiab sau ib zaj dab neeg txog cov duab ntawv.

**Txhob Pub Menyuum Saib TV Ntau.** Tsuas pub saib qee tshooj TV uas cob qhia txog kev kawm ntawv xwb. Tsis txhob siv lub TV coj los zov koj tus menyuum rau koj. Tsim kom muaj lwm yam rau koj tus menyuum ua.

