

Hais Txog **8 Yam Zoo** Thaiv Kev Mob Tshav Qab Zib thiab Hlab Plawv
Cwj Pwm Qhia Tias Plawv Muaj Zog

TAG NRHO “8 YAM ZOO”

Txhua sob lus hauv qab no yog qhia txog ib yam ntawm **8 Yam Zoo** hais txog cov cwj pwm qhia kev noj qab haus huv uas yuav tau muaj.

Thov ua ib yam los sis tshaj ntawd ntawm yam muaj hauv qab no:



Ua Hauj Lwm Tas Li.



Noj Kom Zoo.



Xyaum Kom Muaj Kev
Noj Qab Nyob Zoo.



Tshuaj Xyuas Koj
Qhov Kev Ntshav Siab.



Nkag Siab Koj
Cov Qib Zauv Qhia Txog
Piam Thaj Hauv Ntshav.



Paub Txog Koj
Cov Qib Roj
Cholesterol.



Nyob Kom Deb ntawm
Kev Haus Luam
Yeeb thiab Haus Luam
Yeeb Fais Fab.



Ua Raws Nraim Li
Koj Tus Kws Kho
Mob Cov Lus Muab
Tswv Yim Qhia.

Lus tawm tswv yim thiab lus teev qhia paub ntxiv:



DOH 345-368 September 2019 Hmong