



**Laus zuj zus ces, lub qhov muag yuav tsis pom kev zuj zus. Tej zaum yuav pom kev tsis tseeb thaum tsaus ntuj. Tej zaum yuav tsis pom kev deb los kev ze. Tej kev pauv no yuav maj mam tshwm sim thiab koj yeej tsis nco ras pom.**

### **Cia Koj Ob Lub Qhov Muag Pom Kev Zoo**

- Tsawg kawg ib xyoo yuav tsum mus kuaj koj ob lub qhov muag ib zaug ntawm tus kws kuaj qhov muag.
- Teem sij hawm ze koj lub hnuv nyoog yug kom pab koj nco tau yooj yim.
- Yog tus kws kho qhov muag kom mus txiav iav tshiab, mus sai li sai tau.
- Hais kom ib tug phooj ywg los yog tus theeb ze pab koj xaiv lub iav qhov muag tshiab.

### **Pom Kev Tseeb Li Koj Pom Tau**

- Yog koj muaj iav qhov muag, muab koj thiab tu huv si txhua hnuv.
- Mus kom ib tug kws kho qhov muag kho kom koj lub iav qhov muag haum zoo. Thaum koj mus ntawv kom nws pab kho tej uas kos nyob ntawm lub iav.
- Yog ncoj tsom iav nyeem ntawv, muab hle cia ua ntej mus taug kev.

### **Kev Thaiv Hnuv Rau Ob Lub Qhov Muag**

- Coj iav qhov muag thaiv hnuv thaum caij ntuj no thiab caij ntuj so kom thiaj tsis ci heev thaum nyob nraum zoov.
- Hle iav qhov muag thaiv hnuv thaum nkag hauv ib lub tsev lawm.
- Muab sij hawm rau koj ob lub qhov muag mam maj pom kev thaum koj mus ntawm qhov pom pom kev mus rau qhov tsaus.
- Sawv twj ywm kom koj ob lub qhov muag pom kev haum tso. Tej zaum koj xav tias yuav ua rau cov neeg nyob tom qab laj tos koj, tab lub sij hawm sawv twj no yuav pab kom koj txhob vau.

### **Lub Tsev Uas Muaj Teeb Ci Zoo, Yog Lub Tsev Uas Muaj Kev Nyob Zoo**

Yog cia kom koj lub tsev muaj teeb pom kev zoo yuav pab tau koj nyob nyab xeeb thiab ywj siab.

- Npiv cov teeb (hauv tsev thiab nrau zoov), feem ntau yav tsaus ntuj.
- Muab cov me nyuam teeb hmo ntuj (nightlights) los nruab rau kom pom kev mus ntawm hoob txaj rau tom lub hoob nab.
- Cia ib lub teeb los teeb txais thiab koj lub iav qhov muag nyob ze ib sab ntawm koj lub txaj.

### **Tsis Txhob Cia Tau Maub Dub, Nruab Qhov Muag Teeb Tshiab**

- Thaum cov qhov muag teeb tuag lawm, yuav tsum hloov sai. Thov lwm tus yog koj toob kam kev pab.
- Txiav txim siab tsis txhob siv cov qhov muag teeb uas ib txwm siv dua los lawm es siv cov qhov muag teeb uas noj fawm fab tsawg (compact fluorescent lamp) los CFL. Cov qhov muag teeb CFL siv fawm fab tsawg, kav ntev dua thiab pab koj tseg tau nyiaj. Cov qhov muag teeb CFL raug nqe li 2 duas las tom tej khw muag khoom siv hauv vaj tse, los khw muag khoom noj.