

Koj Li OTC Qhov Lus Tseem Ceeb

Medicare Advantage Txoj Phiaj Xwm Tuav Pov
Hwm Xyoo 2026



Koj Li OTC Qhov Lus Tseem Ceeb



Koj Li OTC Qhov Lus Tseem Ceeb yog qhov lus nthuav dav txog cov khoom uas yuav tau ntawm lub txee muag (OTC), xws li cov pas txhuam hniav, tshuaj kho mob kom ntaug, cov tshuaj qab los, thiab ntau yam ntxiv. Siv koj cov nyiaj cov txiaj ntsig kev pab mus yuav cov khoom noj thiab txhawm rau ua zoo rau kev noj qab haus huv thiab txhawb koj cov peev nyiaj tib lub sij hawm!

Koj yuav pom ib qho kev xaiv ntawm cov khoom siv hauv phau ntawv no, tab sis lwm yam khoom muag muaj nyob rau hauv oo lais thiab nyob rau hauv khw.

**Xab kees tus zauv QR nrog koj
lub xov tooj smartphone los sis
xov tooj thej lev kom pom txog
cov pawg khoom OTC uas muaj muag.**

Yog tias koj muaj lus nug dab tsi, thov hu rau Cov Chaw Pab Cuam Rau Tswv Cuab ntawm tus nab npawb xov tooj nyob hauv koj daim npav ID tus tswv cuab. Ncua sij hawm Lub Kaum Hlis Ntuj Tim 1 thiab Lub Peb Hlis Ntuj Tim 31, muaj tus neeg sawv cev ua hauj lwm rau Hnub Monday-Hnub Sunday, 7:45 a.m. txog 8 p.m. Ncua sij hawm Lub Plaub Hlis Ntuj Tim 1 thiab Cuaj Hlis Ntuj Tim 30, muaj tus neeg sawv cev ua hauj lwm rau Hnub Monday-Friday, 7:45 a.m. txog 8 p.m.

Thov nco ntsoov tias thaum lub sij hawm tsis ua hauj lwm, hnub so thiab cov hnub so thoob teb chaws txij thaum Lub Plaub Hlis Ntuj Hnub Tim 1 txog Lub Cuaj Hlis Ntuj Hnub Tim 30 peb lub lab npauv txaus xov tooj as taus naus mav yuav teb koj li xov tooj uas koj hu.



**Tsuas yog xab kees tus zauv QR,
rau npe nkag mus rau hauv phab
vev xaib tus tswv cuab, thiab xaiv
“Wellcare Spendables®.”**



Thoob plaws hauv ntawm phau ntawv teev khoom no, muaj cov lus txuas mus rau tus vev xaib thiab lub app hauv lub xov tooj ntawm tes. Yog hais tias koj tsis tuaj yeem nkag mus rau tus vev xaib los sis hauv xov tooj smartphone, koj tuaj yeem hu rau Cov Chaw Pab Cuam Rau Tswv Cuab siv tus nab npawb xov tooj nyob hauv koj daim npav ID tus tswv cuab los tham txog cov txiaj ntsig kev pab thiab cov yam ntxwv no.

Kev Yuav Khoom Ua Tau Yooj Yim los ntawm kev siv Daim Npav Wellcare Spendables®



MUAJ PLAUB TXOJ KEV YOOJ YIM YUAV XAJ TAU KOJ COV KHOOM OTC:



HAUV KHW

Yog xav paub ntau ntiv thiab mus nrhiav cov kwx muag khoom nyob ze koj, ces mus saib hauv go.wellcare.com/member thiab xaiv “Wellcare Spendables®.”



HAUV ONLINE

Rau cov khoom ntau yam, ncig yuav khoom hauv peb lub kwx online. Mus saib hauv go.wellcare.com/member thiab xaiv “Wellcare Spendables®.”



LUB APP XOY TOOJ NTAWM TES

Rub lub app Wellcare Spendables® & Rewards hauv xov tooj ntawm tes uas siv dawb los mus nrhiav yuav cov khoom OTC.



HU XOY TOOJ

Hu rau tus nab npawb xov tooj nyob tom qab ntawm koj daim npav Wellcare Spendables® los xaj cov khoom OTC uas muaj cai tsim nyog tau txais hauv koj lub xov tooj. Thaum Lub Kaum Hlis Ntuj Hnub Tim 1 thiab Lub Peb Hlis Ntuj Hnub Tim 31, cov sawv cev yog muaj nyob rau hnub Zwj Hli-Zwj Hnub, 7:45 a.m. txog 8 p.m. Thaum Lub Plaib Hlis Ntuj Hnub Tim 1 thiab Lub Cuaj Hlis Ntuj Hnub Tim 30, cov sawv cev yog muaj nyob rau hnub Zwj Hli-Zwj Kuab, 7:45 a.m. txog 8 p.m. Thov qhia rau peb ua ntej tom qab lub sijhawm ua hauj lwm, hnub so thiab cov hnub so los tsoom fww thaum Lub Plaib Hlis Ntuj Hnub Tim 1 txog Lub Cuaj Hlis Ntuj Hnub Tim 30, tej zaum peb li txheej teg kev ua hauj lwm txog xov tooj yuav teb koj tsab xov tooj yam uas nws teb nws. Npaj npe khoom thiab tus lej ID ntawm cov khoom uas koj xav tau txhawm rau yuav npaj yuav khoom.



WELLCARE BY ‘OHANA HEALTH PLAN MUAB KEV XA KHOOM PAB DAWB!

- ✓ Koj yuav cia li tau txais kev xa khoom pab dawb rau tag nrho cov khoom uas teev tseg hauv Wellcare Spendables® lub vev xaib los sis lub app.
- ✓ Tsis muaj qhov txwv kom yuav qis tshaj plaws kom thiaj tau kev xa khoom hauv Wellcare Spendables® lub vev xaib los sis lub app pab dawb ntawd li.

Lus Nug

Uas Nquag Nug Tas Li

.....



Puas muaj lwm yam khoom uas muaj tshaj li ntawm yam uas tau teev tseg nyob hauv phau ntawv teev khoom no?

MUAJ! Cov khoom uas muaj ntxiv yuav muaj nyob ntawm cov khw muag khoom txhem muag uas koom nrog thiab hauv online. Hais txog daim ntawv teev npe cov khoom uas tau txais kev duav roos thiab cov pawg khoom, mus saib hauv **go.wellcare.com/member**, rau npe nkag rau phab vev xaib tus tswv cuab, thiab xaiv “Wellcare Spendables®.”



Tus nqi twg uas kuv yuav them rau thaum yuav them nyiaj?

Kev teeb nqi hauv online thiab hauv lub khw tej zaum yuav tsis zoo tib yam li cov nqi uas teev tseg hauv phau ntawv teev npe khoom no. Yuav siv cov nqi hauv online thiab hauv khw kiag thaum them nyiaj.



Kuv puas them cov nqi se muag khoom?

Yog, tag nrho cov ntawv xaj khoom yuav tsum tau them cov nqi se muag khoom hauv koj cheeb tsam thiab lub xeev.



Kuv yuav kuaj pom kuv cov nyiaj tseem tshuav tau li cas?

Koj tuaj yeem kuaj xyuas koj qhov nyiaj tshuav los ntawm kev nkag mus saib hauv **go.wellcare.com/member**. Rau npe nkag rau phab vev xaib tus tswv cuab, thiab xaiv “Wellcare Spendables®.”



Yuav ua li cas yog tias kuv cov nqi yuav khoom ntau tshaj tus nqi uas kuv muaj tshuav?

Yog tias koj tus nqi tag nrho ntau tshaj qhov nyiaj tshuav uas muaj hauv koj daim npav Wellcare Spendables®, koj yuav them tau rau qhov nqi seem nrog lwm txoj hauv kev them nqi.



Kuv yuav tau txais daim npav hloov pauv tau li cas?

Koj tuaj yeem thov kom xa ib daim npav hloov tuaj rau koj hauv ntawv los ntawm kev mus saib **go.wellcare.com/member** thiab xaiv “Wellcare Spendables®.” Los sis los ntawm kev hu rau tus xov tooj nyob rau sab nraum qab ntawm koj daim npav Wellcare Spendables®. Thaum Lub Kaum Hlis Ntuj Hnub Tim 1 thiab Lub Peb Hlis Ntuj Hnub Tim 31, cov sawv cev yog muaj nyob rau hnub Zwj Hli–Zwj Hnub, 7:45 a.m. txog 8 p.m. Thaum Lub Plaub Hlis Ntuj Hnub Tim 1 thiab Lub Cuaj Hlis Ntuj Hnub Tim 30, cov sawv cev yog muaj nyob rau hnub Zwj Hli–Zwj Kuab, 7:45 a.m. txog 8 p.m.. Thov qhia rau peb ua ntej tom qab lub sijhawm ua hauj lwm, hnub so thiab cov hnub so los tsoom fwm thaum Lub Plaub Hlis Ntuj Hnub Tim 1 txog Lub Cuaj Hlis Ntuj Hnub Tim 30, tej zaum peb li txheej teg kev ua hauj lwm txog xov tooj yuav teb koj tsab xov tooj yam uas nws teb nws.





Da Dej thiab Saib Xyuas Cov Tawv Nqiaj



484236 \$9.90

**Tshuaj Zawv Plaub Hau Kom
Txhob Muaj Plaws Taub Hau
Rugby®**

Taub Muaj Lub Hau Quav Npog
7 oz. Tsis Muaj Ntxhiab Tsw



875313 \$11.85

**Tshuaj Plev Kom Ib Ce Noo
Siv Plev Tes thiab Ib Ce Gold
Bond® Rau Cov Neeg Mob
Ntshav Qab Zib**

Taub Tshuaj Plev Ib Ce Tsis
Muaj Ntxhiab Tsw 13 oz.



1123098 \$5.12

**Tus Pas Txhuam Hniav
Colgate® Mos Rau Neeg Loj**



1212220 \$6.96

**Tshuaj Txhuam Hniav Crest®
Whitening with Scope Minty
Fresh**

Ib Raj 2.7 oz.



1231878 \$14.03

**Tshuaj Plev Thaiv Duab
Tshav Ntuj Coppertone®
Tshuaj Plev Ib Ce Sport
4-In-1 Performance SPF 30**

Ib Raj 7 oz.



1260343 \$6.42

**Tshuaj Plev Di Ncauj
Blistex® Ua Tshuaj**

Ib Raj 0.21 oz.



Kev Nplij Siab, So thiab Kev So Kev Ntxhov Siab



877447 \$39.02

**Lub Hnab Looj Taw Zawm
JOBST® Relief® Siab Txog
Hauv Caug**

Loj/Puv Plab Hlaub Xim Dub
Npog Tag Nrho Cov Ntiv Taw

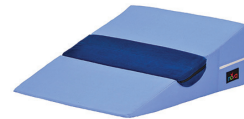


- Ergonomically designed and compact
- Removable cloth cover for machine-washing

1065568 \$28.70

**Lub Tsuam Zooj Tog Zaum
Kheej Li Lub Donut**

Daim Foam Tsim Los Kom Haum
Pob Tw Qhov Dav 18 Inch



1172876 \$51.61

**Lab Npauv Daim Xiab Kom
Hauv Raws Seem**

23-1/2 X 19-1/4 X 7-1/2 Inch
Daim Foam Txawb Hauv Pem Teb

Kev xaiv thiab kev teeb nqi hauv qhov phau ntawv qhia khoom no yog daim duab ntawm kev muaj siv tau hauv Lub Xya Hlis Ntuj, 2025 thiab yuav muaj kev hloov pauv tas li.



1238890 \$9.25
Khoom Pab Kom Pw Tsaug
Zog Hav Zoov Hav Tsuag
Foster & Thrive™
 120 Ntsiav toj Ib Taub Muaj Zog
 3 mg



1240537 \$109.66
Lub Tshuab Tso Suab uas
muaj Lub Teeb Taws Hmo
Ntuj Nanit
 3-1/2 X 3-1/2 X 5-1/4 Inch



1244988 \$10.22
Ntsev Epsom Magnesium
Sulfate USP Foster & Thrive™
 Ntsiav Loj Me Li 1 lbs. Ib Lub
 Hnab



Cov Khoom Siv Los Pab thiab Taug Qab Siv Txhua Hnub



549224 \$44.46
Tus Kas Da Dej Uas Siv Tes
Tuav muaj Lub Tom Xib
Diverter Carex®
 Tus Thoj Loj 80 Inch



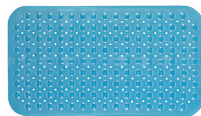
634083 \$5.12
Lub Thawv Ntij Tshuaj Ezy
Dose®
 Qhov Loj Li Nruab Nrab Siv Kav
 7 Hnub 1 Dose



864616 \$32.50
Xuv Khoom Siv Rau Pob Tw/
Hauv Caug ADL FabLife™
 Tus Pas Ncav Li Ib Txwm - Ntev
 26 Inch



948998 \$237.90
Qhov Khoom Txheem Nrob
Qaum Horizon™ 627 Lumbar
 Tib Qhov Loj Me Uas Haum Rau
 Txhua Leej Uas Kaw Cia Nrog
 Tus Nqe Lauj thiab Lub Voj Hlua
 Uas Haum Li Lub Duav 24 txog
 50 Inch Rau Neeg Loj



1257842 \$21.09
Daim Ntaub Pua Da Dej Tsis
Nplua Theracare™
 Daim Ntaub Vinyl 15 X 27 Inch



1259670 \$60.76
Lub Twj Ntsuas Ntshav Siab
Hom Dis Ntsis Toj Av Tab
Naus Mav Siv Hauv Tsev Hom
3 Series®
 Hom Txawb Saum Rooj Rau Neeg
 Loj Qhov Loj Me 9 txog 17 Inch

Kev xaiv thiab kev teeb nqi hauv qhov phau ntawv qhia khoom no yog daim duab ntawm kev muaj siv tau hauv Lub Xya Hlis Ntuj, 2025 thiab yuav muaj kev hloov pauv tas li.



Kev Noj Qab Nyob Zoo Rau Poj Niam



1065927 \$15.12

Xuv Khoom Kuaj Zis AZO Test Strips®

Kev Kuaj Nrhiav Kev Kis Kab Mob
Hauv Hlab Zais Zis 3 Cov Kev
Kuaj CLIA Tau Txais Kev Zam



Kev Saib Xyuas Ze



877037 \$8.05

Daim Ntaub So Tus Kheej Uas Yaug Pov Tseg Tau Cottonelle® FreshCare®

Ib Pob Uas Ntxiv Ntaub Tau Muaj
Ntxhiab Tsw 84 Daim



889082 \$20.01

Lub Ris Me Hauv Qab Nqus Dej Tau Zoo Rau Neeg Loj Uas Yog Poj Niam Prevail®

Lub Ris Me Hauv Qab Uas Siv
Looj Kiag Hnav Tau Txhua Hnub
Uas Muaj Daim Nplaum Rub
Tawm Tau Loj Txaus Siv Tag Pov
Tseg Nqus Dej Tau Zoo

THERAPY
for your skin



1049767 \$11.20

Tshuaj Pov Thaiv Tawv Ngaj Thera® Dimethicone Tshuaj Tiv Thaiv Ib Ce

Lub Tshuaj Pleev Ib Ce Ib Raj
4 oz. Muaj Ntxhiab Tsw



1075429 \$12.94

Daim Ntaub Pua Hauv Qab Uas Siv Tag Pov Tseg Lim Cua Tau Zoo Heev

Daim Ntaub Siv Lub Tshuab
Tsim/Polymer Nqus Dej Tau Zoo
Heev 30X36 Inch



1138644 \$22.51

Khoom Pab Ua Kom Tus Mob Hlauv Hnyuv Qhov Quav Ntaug H®

Tshuaj Pleev 2 oz.



1187896 \$21.64

Daim Ntaub Nqus Zis

Lub Plawv Polymer Nqus Tau
Duab Ci Ntev 25-1/5 Inch Qhov
Loj Me Tib Yam Xwb Yeej Txaus
Rau Neeg Feem Coob

Kev xaiv thiab kev teeb nqi hauv qhov phau ntawv qhia khoom no yog daim duab ntawm kev muaj siv tau
hauv Lub Xya Hlis Ntuj, 2025 thiab yuav muaj kev hloov pauv tas li.



Large
Cloth Size
for More Coverage and
Hard-to-Reach Areas

1246809 \$6.15

**Daim Ntaub Siv So Tu Tus
Kheej McKesson**

Ib Pob Zooj Muaj Ntxhiab Tsw
48 Daim



Yam Khoom Tseem Ceeb Hauv Lub Tub Rau Tshuaj

- disposable for single use
- provides a firm grip



Includes a convenient ruler for
measurement of site application

508713 \$10.22

Paj Rwb Kauv Rau Tus Pas

Tus Ko Ntoo Ntev 6 Inch Tua Kab
Mob Lawm 2 tug toj Ib Pob



897464 \$6.15

**Cawv Isopropyl Tua Kab Mob
Hom Ua Kua**

Ib Taug 16 oz.



1005880 \$12.94

**Tshuaj Pab Ua Kom Mob
Khaub Thuas thiab Hnoos
Ntaug Coricidin® HBP**

Tshuaj Ntsiav Muaj Zog 4 mg -
30 mg 16 Ntsiav toj Ib Kav



1066512 \$82.49

**Pob Khoom Pab Khoom Mob
Ua Ntej**

Lub Thawv Yas Siv Tau 50 Leej



1088319 \$12.94

**Pab Kho Tus Mob Kom
Ntaug Rau Ib Qho Chaw Twg
Salonpas®**

Daim Ntaub Nplaum Kom Mob
Ntaug Camphor / Menthol /
Methyl Salicylate Muaj Zog
3.1% - 6% - 10% Muaj 60 Daim
toj Ib Thawv



1111740 \$26.85

Tshuaj Pab Kom Mob Ntaug

Tshuaj Ntsiav Acetaminophen
Muaj Zog 500 mg Ntim
250 Ntsiav toj Ib Thawv

Kev xaiv thiab kev teeb nqi hauv qhov phau ntawv qhia khoom no yog daim duab ntawm kev muaj siv tau
hauv Lub Xya Hlis Ntuj, 2025 thiab yuav muaj kev hloov pauv tas li.



1211523 \$7.83
Tshuaj Pab Kom Mob Caj Pas
Ntaug Luden's®
 Muaj Zog 2.8 mg Tshuaj Npuav
 30 Ntsiav toj Ib Hnab



1228787 \$20.55
Tshuaj Zoo Raws Plab
Imodium®
 Tshuaj Ntsiav Quav Nas Kos Zoo
 Ntau Yam Mob Muaj Zog 125 mg -
 2 mg 18 Ntsiav toj Ib Thawv



1235079 \$6.15
Pab Kho Mob Txhaum Tshuaj
Kom Ntaug Foster & Thrive™
 Tshuaj Minitab Muaj Zog 25 mg
 24 Ntsiav toj Thawv



1235084 \$8.21
Tshuaj Plevv Hauv Siab
Foster & Thrive™
 Tshuaj Plevv Ib Ce Muaj Zog
 4.8% - 1.2% - 2.6% 3.5 oz.



1235100 \$8.21
Tshuaj Zoo Tsam Plab Foster
& Thrive™
 Tshuaj Ntsiav Zom Noj Muaj Zog
 500 mg 150 Ntsiav Toj Ib Taub



1238924 \$5.12
Tshuaj Pab Kom Mob Ntaug
Foster & Thrive™
 Tshuaj Ntsiav Zom Noj Muaj
 Tshuaj Aspirin Muaj Zog 81 mg
 36 Ntsiav toj Ib Thawv



1258039 \$7.51
Tshuaj Zoo Khaus
 Tshuaj Plevv Muaj Zog 1% Ib Raj
 1 oz.

Kev xaiv thiab kev teeb nqi hauv qhov phau ntawv qhia khoom no yog daim duab ntawm kev muaj siv tau hauv Lub Xya Hlis Ntuj, 2025 thiab yuav muaj kev hloov pauv tas li.



Cov Khoom Noj Ntxiv Rau Kev Noj Qab Nyob Zoo



830734 \$19.46
Tshuaj Ntxiv Zog Muaj
Ntau Yam Tshuaj Qab Los
VitaFusion® MultiVites®

Tshuaj Qab Los Vitamin A / Tshuaj
 Zoo Tsam Plab Ascorbic Acid /
 Tshuaj Qab Los Vitamin D
 2,500 IU - 800 IU - Muaj Zog 20
 mg Hom Tshuaj Muaj Tsos Qab
 Txiv Ntoo Sib Xyaw 150 toj Ib Taub



830840 \$43.37
Tshuaj Ntxiv Zog Muaj
Ntau Yam Tshuaj Qab Los
PreserVision®

Tshuaj Zoo Tsam Plab Ascorbic
 Acid / Tshuaj Qab Los Vitamin E
 / Zinc 200 IU - 226 mg - Tshuaj
 Softgel Muaj Zog 34.8 mg
 120 Ntsiav toj Ib Taub



861286 \$7.18
Tshuaj Ntxiv Zog Los Ntawm
Hav Zoov Hav Tsuag Nature's
Bounty® Muaj Thaj Hlau

Tshuaj Ntsiav Muaj Zog 65 mg
 100 Ntsiav toj Ib Taub



984536 \$13.49
Tshuaj Ntxiv Zog Biotin
Natrol® Vitamin B7

Tshuaj Ntsiav Muaj Zog
 5,000 mcg 90 Ntsiav toj Ib
 Taug Muaj Tsos Qab Txiv Pos
 Strawberry



1230547 \$18.38
Tshuaj Ntxiv Zog Muaj
Ntau Yam Tshuaj Qab Los
Centrum® Silver® Rau Neeg
Loj 50 Xyoo Nce Mus

Tshuaj Ntsiav 125 Ntsiav toj Ib
 Taub



1230549 \$18.38
Tshuaj Ntxiv Zog Muaj
Ntau Yam Tshuaj Qab Los
Centrum® Silver® Rau Poj
Niam 50 Xyoo Nce Mus

Tshuaj Ntsiav 100 Ntsiav toj Ib
 Taug



1238898 \$11.31
Tshuaj Ntxiv Zog Muaj Tshuaj
Qab Los Vitamin C Foster &
Thrive™

Tshuaj Ntsiav Zoo Tsam
 Plab Ascorbic Acid Muaj Zog
 1,000 mg 100 Ntsiav toj Ib Taub



1238904 \$12.94
Tshuaj Ntxiv Zog Muaj Thaj
Fiber Foster & Thrive™

Tshuaj Hmoov Psyllium Husk
 Muaj Tsos Qab Txiv Kab Ntxwv
 10 oz.



1244150 \$8.21
Tshuaj Ntxiv Zog Muaj Tshuaj
Qab Los Foster & Thrive™
Tshuaj Qab Los Vitamin D3

Tshuaj Softgel Muaj Zog 2,000 IU
 100 Ntsiav toj Ib Taub

Kev xaiv thiab kev teeb nqi hauv qhov phau ntawv qhia khoom no yog daim duab ntawm kev muaj siv tau
 hauv Lub Xya Hlis Ntuj, 2025 thiab yuav muaj kev hloov pauv tas li.



1249516 \$16.20
Tshuaj Ntxiv Zog OLLY® Daily Energy

Tshuaj Qab Los Vitamin B12 / CoQ10 / Goji Berry Muaj Zog 300 mcg - 30 mg - 100 mg Tshuaj Zom Noj 60 Ntsiav toj Ib Taub Muaj Tsos Qab Li Txiv Puab Las



1262488 \$57.50
Tshuaj Ntxiv Zog Noj Ntawm Ncauj THORNE® Tshuaj Pab Kom Nrog Cev Muaj Zog

Hmoov Rau Kom Qab Hom Kaus Poom 17.8 oz.



Tsim tawm los ntawm Avidia Bank raws li daim ntawv tso cai los ntawm Mastercard International. Kev siv daim npav no yuav tsum ua raws li cov lus cai thiab cov cai ntawm Kev Cog Lus Ntawm Tus Tswv Npav

‘Ohana Health Plan, ib txoj phiaj xwm uas tau muab los ntawm WellCare Health Insurance of Arizona, Inc.

Wellcare yog lub npe cim lag luam ntawm Medicare rau Centene Corporation, txoj phiaj xwm HMO, PPO, PFFS, PDP uas muaj ntaub ntawv cog lus nrog rau Medicare thiab yog tus pab txhawb Ntu D uas tau txais kev pom zoo. Peb cov phiaj xwm D-SNP muaj ntaub ntawv cog lus nrog rau xeev lub khoos kas Medicaid. Kev sau npe rau hauv peb cov phiaj xwm yog nyob ntawm kev txuas hnuv nyoog daim ntawv cog lus.

Cov txiaj ntsig kev pab uas tau hais los no yog ib feem ntawm Cov Txiaj Ntsig Ntxiv Uas Tshwj Xeeb rau Tus Mob Uas Kho Zoo Tsis Tu Qab. Tsis yog txhua tus tswv cuab yuav tsim nyog tau. Dhau li ntawm kev muaj kev pheej hmoo siab lawm, koj yuav tsum muaj ib cov zwj ceeb mob kho zoo tsis tu qab nram qab no nce mus: tus mob khees xaws, kev mob tsis haum txog hlab ntsha plawv, cov zwj ceeb mob kev noj qab haus huv fab kev puas siab puas ntsws kho zoo tsis tu qab thiab xiam oob qhab, kev mob tsis haum rau lub ntsws kho zoo tsis tu qab, mob ntshav qab zib. Muaj lwm cov zwj ceeb mob lwm yam uas muaj cai tau txais kev pab uas tseem tsis tau teev tseg. Kev muaj cai tsim nyog tau cov txiaj ntsig kev pab no tsis tuaj yeem lav tau raws li koj qhov zwj ceeb mob nkaus xwb. Yuav tsum ua tau raws li tag nrho cov cai hais txog kev muaj cai tau txais kev pab uas siv tau tso ua ntej yuav tau txais cov txiaj ntsig kev pab. Yog xav paub ntxaws, thov tiv tauj peb los sis saib txoj phiaj xwm Qhov Pov Thawj txog Kev Duav Roos.

†Lwm Lub Khw Muag Tshuaj/Cov Kws Kho Mob/Cov Kws Muab Kev Pab Cuam yog muaj nyob rau hauv peb pab pawg koom tes.





COV NTAUB NTAUV TSEEM CEEB TXOG TXOJ PHIAJ XWM

