

**Cia Peb Koom  
Tes Ua Kom  
Huab Cua Huv  
Kom Thiaj Ua  
Tau Pa Zoo Dua**



## **Cua Tsis Huv Cuam Tshuam Rau Txhua Tus**

Cov pa tsis huv lub caij ntuj sov (pa roj hauv av) tuaj yeem ua mob rau txhua tus, txawm yog neeg muaj kev noj qab haus huv zoo los xij.

### **Cov neeg uas muaj kev pheej hmoo feem ntau muaj xws li:**

- Cov me nyuam
- Cov neeg laus (65 xyoo rov sau)
- Cov poj niam cev xeeb me nyuam
- Cov neeg ua hauj lwm sab nraum zoov
- Cov neeg ua ks las uas nquag tawm dag zog
- Cov neeg muaj cov yam ntxwv mob hawb pob los sis mob plaww/mob ntsws

### **Cov pa tsis huv cuam tshuam rau koj li cas**

- Ua rau khaus qhov muag, mob qa, thiab mob ntsws
- Mob hawb pob los sis ua pa nrov
- Nruj hauv siab thiab mob hauv siab
- Nkees thiab mob taub hau

### **Cia peb koom tes ua kom huab cua zoo kom peb thiaj ua tau pa zoo dua**

- Caij tsheb thauj pej xeeb
- Txhob tsav tsheb heev-heev (tshwj xeeb tshaj yog nyob rau cov hnuv Tsom Kwm Rau Huab Cua)
- Koom caij tsheb
- Xaiv cov tsheb tsis ncho pa phem
- Ua hauj lwm hauv tsev
- Taug kev, caij tsheb kauj vab, los sis tsheb xab kuj tawj

## **Taug Qab Xov Xwm Kom Paub. Npaj Kom Txhij.**

Tso tawm Lus Ceeb Toom Txog Kev Tsom Kwm Huab Cua thaum muaj qhov qhia tias qhov zoo ntawm huab cua tsis zoo rau kev noj qab nyob zoo (AQI 126+).



### **Rau npe siv Lus Ceeb Toom Txog Huab Cua**

Tau txais cov lus ceeb toom hauv ntauwv sau los sis email ntauwv [SpareTheAir.com/signup](https://www.SpareTheAir.com/signup).

