

NTXUAV KOJ OB TXHAIS TES! <<<



1. **Ntub** koj ob txhais tes uas yog siv cov dej huv si, ntws nto (sov los yog txias), thiab siv xab npum.



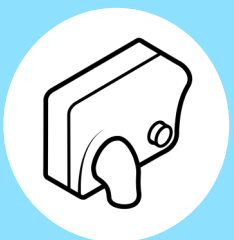
2. **Zawv** koj ob txhais tes uas yog muab los sib txhuam ua ke nrog xab npum kom ua npuas. Nco ntsoov txhuam ob sab qaum tes, txhuam kis nruab nrab hauv koj cov ntiv tes, thiab sab hauv koj cov rau tes.



3. **Txhuam** koj ob txhais tes kom ntev tsawg kawg 20 fiab (seconds). Xav tau ib lub moo caws sij hawm? Hu zaj nkauj "Happy Birthday" thaum pib txog xaus ob zaug.



4. **Yaug** koj ob txhais tes kom zoo siv cov dej huv si, ntws nto. Cia cov dej ntws rov qab rau hauv lub dab ntxuav tes, tsis yog ntws mus rau ntawm koj ob sab luj tshib.



5. **So** koj ob txhais tes kom qhuav uas yog siv ib txoj phuum huv si los yog tso kiv cua ua kom qhuav.

