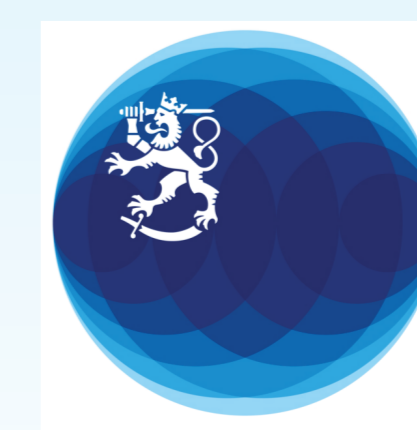
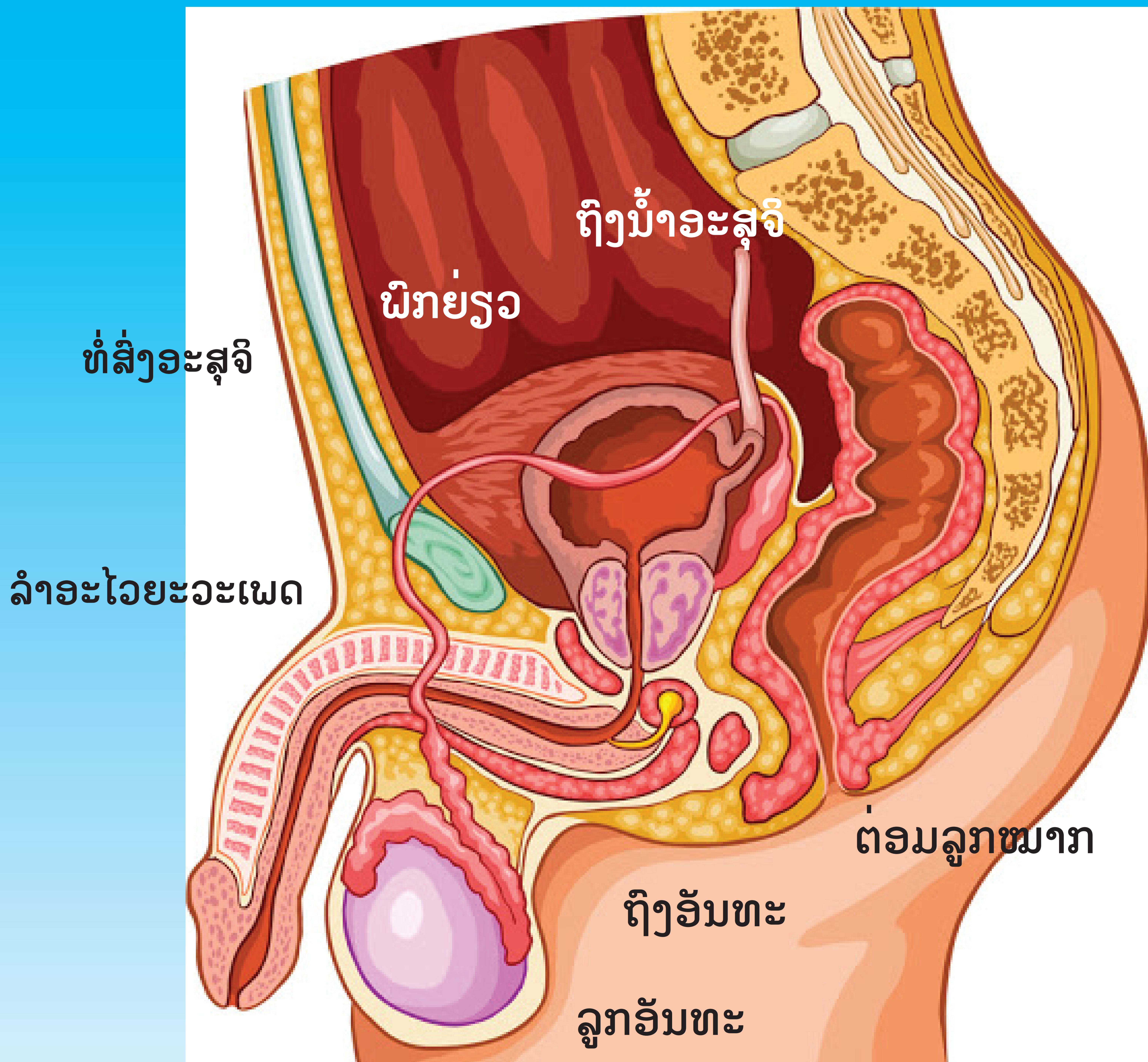


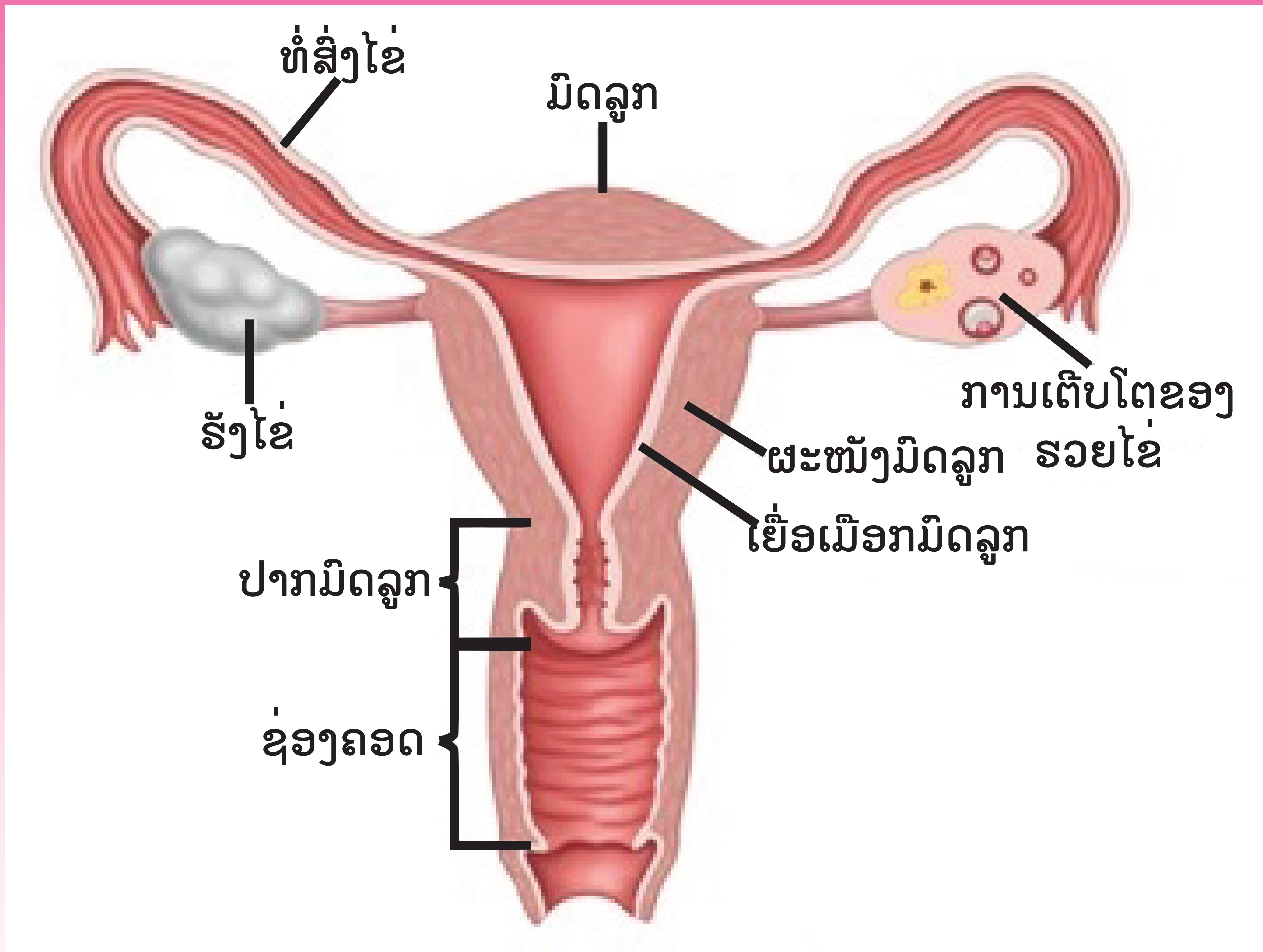
# ລະບົບສືບພັນເພດຊາຍ



Suomen Suurlähetystö  
Finlands Ambassad  
Embassy of Finland  
Reykjavik



# ລະບົບສືບພັນເພດຍິງ

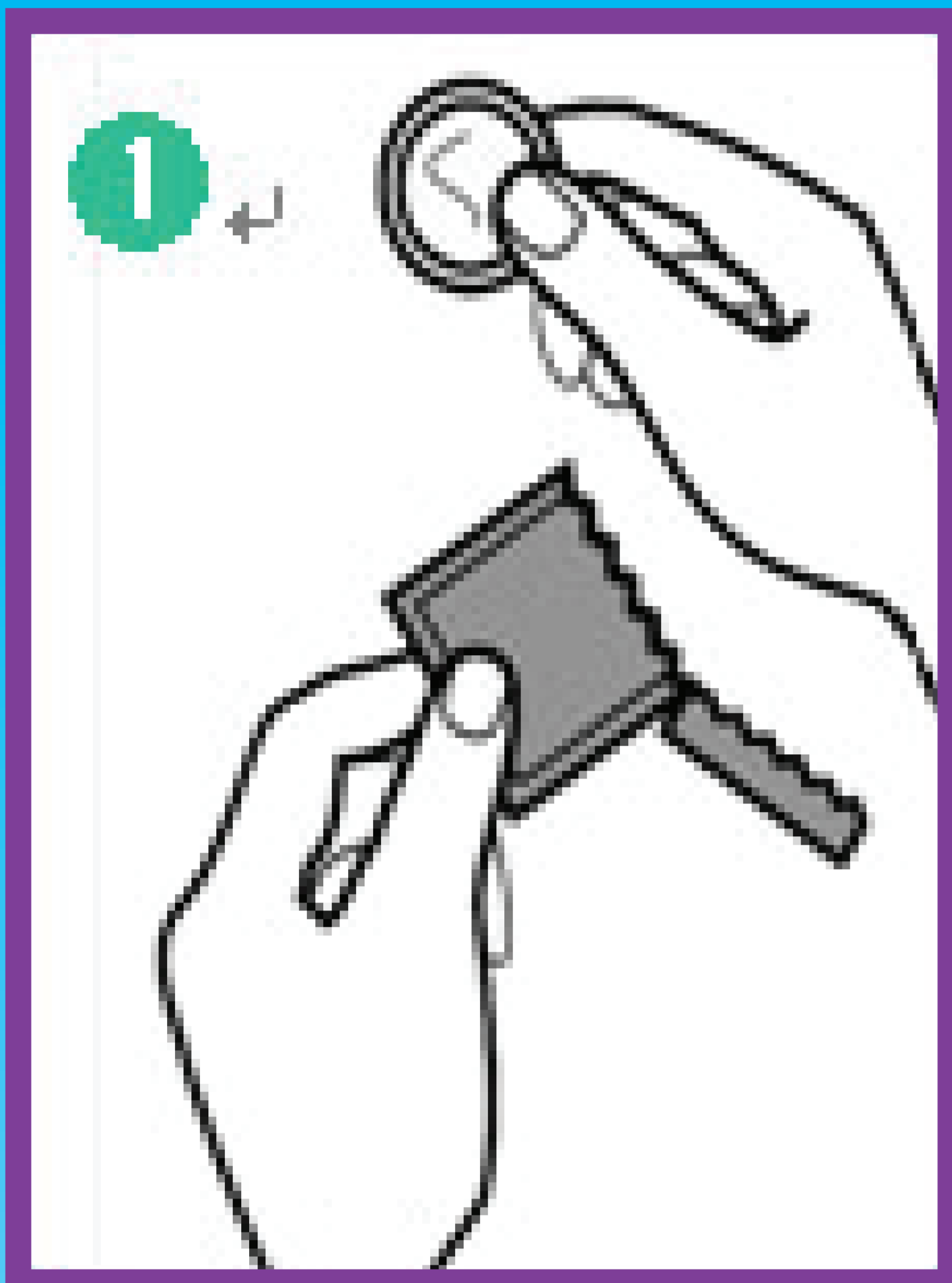


Suomen Suur lähetystö  
Finlands Ambassad  
Embassy of Finland  
Reykjavik

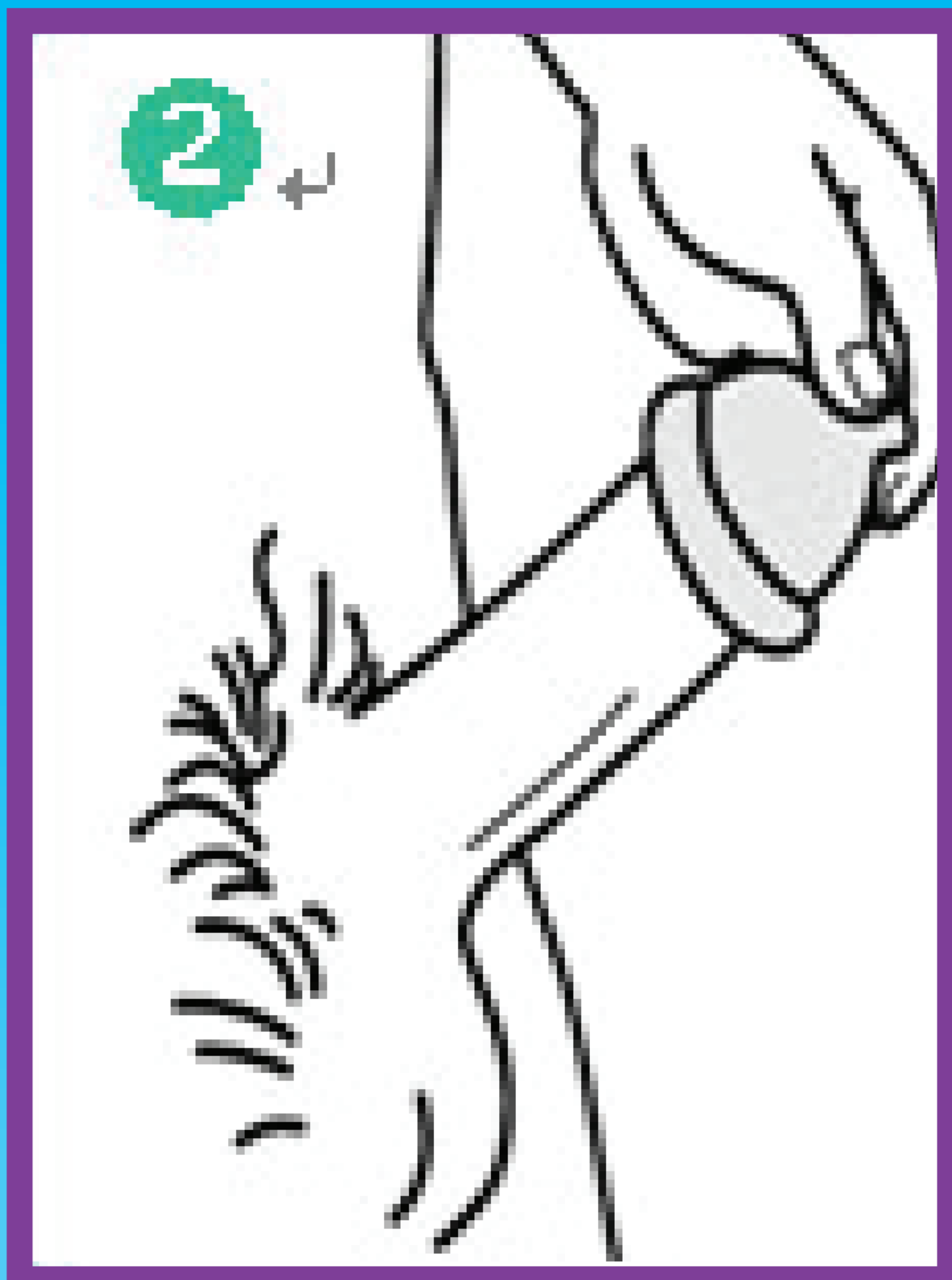


ສະມາຄົມສຳເລັດສຸຂະພາບຄອບຄົວ  
(PPHA)

# ວິທີໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ



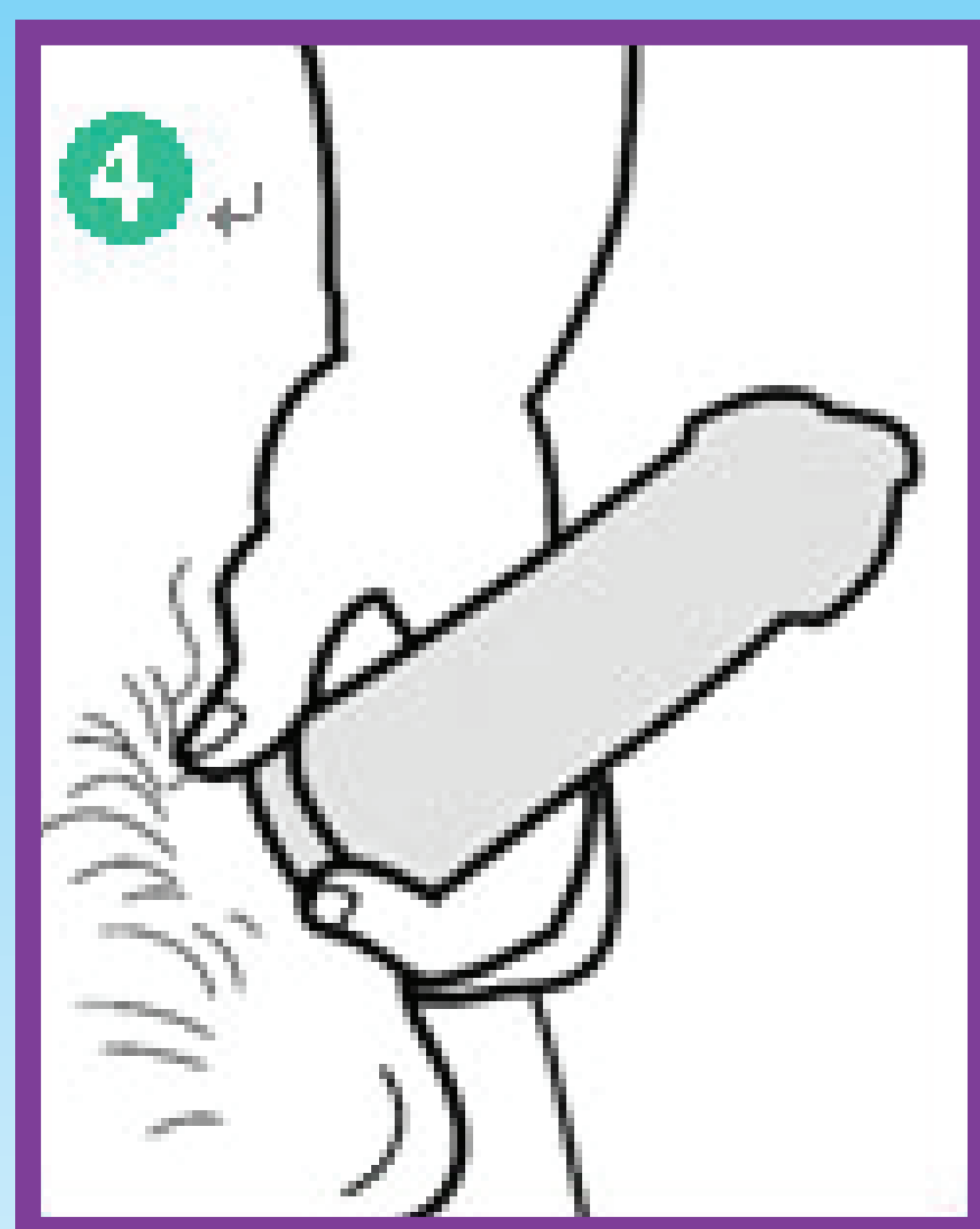
1 ກວດເບິ່ງມື້ໝິດອາຍຸທຸກຄັ້ງ ຈົກຊອງຖົງຢາງອະນາໄມດ້ວຍຄວາມລະມັງລະວັງ, ບໍ່ຄວນໃຊ້ມິດຕັດ ຫຼື ມິດ. ຕົງຖົງຢາງອະນາໄມອອກ, ຖ້າທ່ານເລັບມີຍາວລະວັງຖົງຢາງຈົກຂາດ



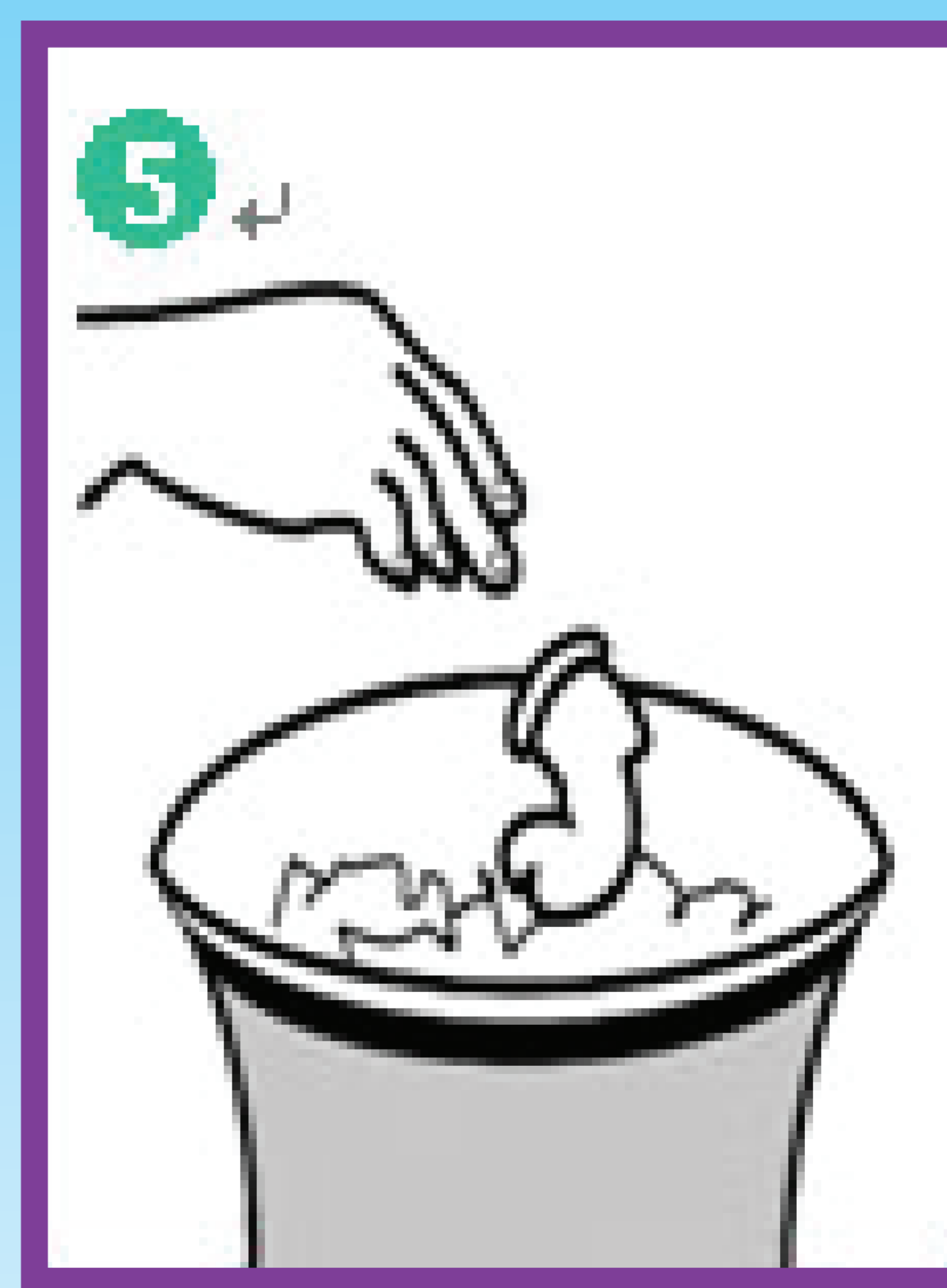
2 ບົບອາກາດອອກຈາກປາຍຖົງຢາງອະນາໄມເພື່ອບໍ່ໃຫ້ມີລົມຢູ່ທາງໃນ ແລະ ສອດຖົງຢາງເຂົ້າປາຍອະໄວຍະວະເພດຊາຍ



3 ຮູດຖົງຢາງອະນາໄມລົງຕາມອະໄວຍະວະເພດຊາຍທີ່ກຳລັງແຂງຕົວຈົນຈຳ, ຮັບປະກັນບໍ່ໃຫ້ມີອາກາດຢູ່ໃນຖົງຢາງອະນາໄມ



4 ຫຼັງຈາກສິ້ນສຸດການມີເພດສຳພັນແລ້ວ, ຖອດຖົງຢາງອະນາໄມອອກດ້ວຍການຈັບທາງກົກຂອງຖົງຢາງໄວ້ ແລະ ຕົງມັນອອກ, ຕ້ອງລະມັດລະວັງບໍ່ຄວນໃຫ້ນ້ຳອະສຸຈິໄຫຼອອກມາໃສ່ມືຂອງທ່ານ



5 ຂອດປາຍຖົງຢາງອະນາໄມແລ້ວຖິ້ມລົງກະຕ່າຂີ້ເຫຍື້ອ ບໍ່ຄວນຖິ້ມຖົງຢາງອະນາໄມໃສ່ວິດຖ່າຍ, ຄວນຖິ້ມໃສ່ກະຕ່າຂີ້ເຫຍື້ອ, ຈູດ ຫຼື ຝັງດິນ



Suomen Suurlähetystö  
Finlands Ambassad  
Embassy of Finland  
Reykjavik



ສະມາຄົມຄຸ້ມຄອງສະພາບຄອບຄົວ  
(FHA)