

**KEV TXO KEV RIS COV KEV PHOM SIJ  
NTAWM ZAUB MOV UAS NYAB XEEB  
THAUM MUAJ KEVSIB KOOM UA KE  
NTAWM TSIAJTXHU NROG COV QOOB  
LOO TSWJ XEEB: FSMA THIAB  
QHOV CHAW NYOB NRUG DEB**





## Hais Txog Peb

### **Cov Tiaj Liaj Teb Zej Tsoom (Farm Commons)**

Cov Tiaj Liaj Teb Zej Tsoom (Farm Commons) ntseeg hais tias cov lag luam liaj teb uas muaj zog, rov ruaj ntseg raug tsim los ntawm lub hauv paus raug kev cai lij choj yam khov kho. Peb lub luag hauj lwm yog los muab cov ntaub ntawv kev cai lij choj ua kom tau zoo uas cov neeg ua liaj ua teb xav tau txhawm rau kom dhau los ua lub hauv paus kom ruaj ntseg, rov zoo tau ntawm cov zaub mov haus hauv zej zog. Los ntawm cov ntaub ntawv kev cai lij choj uas tsim kho kev kawm ntawm zej, Cov Tiaj Liaj Teb Zej Tsoom (Farm Commons) tsim kev muaj zog rau zej zog kev ua liaj ua teb kom ruaj ntseg.

**Yog xav paub ntxiv:**  
**[www.farmcommons.org](http://www.farmcommons.org)**

### **Lub Koos Haum Tshawb Fawb Savana (Savanna Institute)**

**Lub Koos Haum Tshawb Fawb Savana (Savanna Institute)** yog 501 (c) (3) lub koom haum ua hauj lwm pub dawb uas ua hauj lwm nrog cov neeg ua liaj ua teb, cov kws tshawb fawb, thiab cov pej xeeb los tsim txoj hauj lwm xub thawj rau kev coj los siv cog pom hwm xyoo ntawd nyob hauv Nruab Nrab Sab Hnub Poob US. Tau kev txhawb nqa los ntawm cov kev sib cuam tshuam yam muaj sia (ecosystem) ntawm savanna uas ib zaug tau muaj ntau ntawm txwm them rau ntau thaj chaw no, Koos Haum Tshawb Fawb Savana (Savanna Institute) ua kev tshawb fawb, kev kawm, thiab kev nthuav tawm los txhawb cov kev loj hlob ntawm kev tshawb fawb kev sib cuam tshuam yam muaj sia (agroecosystem) uas sib txawv thiab muaj mus ib sim.

**Yog xav paub ntxiv:**  
**[www.savannainstitute.org](http://www.savannainstitute.org)**

*Cov ntaub ntawv no tau raug txhawb nqa los ntawm Pab Pawg Khoos Kas Pab Dawb Ntawm Qoob Loo Tshwj Xeeb (Specialty Crop Block Grant Program) ntawm As mes kas (US) Lub Tsev Hauj lwm Saib Xyuas Kev Ua Liaj Ua Teb los ntawm kev pab nyiaj li AM190100XXXXG005. Nws cov ntsiab lus tsuas yog lub luag hauj lwm ntawm cov neeg sau ntawv xwb thiab tsis tas yuav ua tus Sawv cev rau cov kev txiav txim siab uas ntshuas tus paub ntawm USDA.*

TUS TSIS LEES TXAIS: Cov lus qhia no tsis muab kev qhia txog kev cai lij choj los sis tsim kev sib raug zoo ntawm tus qhua-kws lij choj ntawm tus nyeem thiab tus sau. Sab laj rau tus kws lij choj kom qhia tshwj xeeb txog koj qhov xwm txheej thiab kev nyob rau koj kev ua hauj lwm.

# Cov Kab Ntsiab Lus

TUS TSWJ HWM COV NTSIAB LUS	3
PEB KAUI RUAM NTAWM KEV TXO KEV RIS COV KEV PHOM SIJ RAWLS LI KEV CAI LIJ CHOJ NTAWM ZAUB MOV UAS NYAB XEEB	4
1. Ua raws li kev ua liaj ua teb zoo, suav nrog ua raws li FSMA cov qauv hais txog cov tsiaj	4
Dab tsi yog qhov ua tau zoo ntawm kev ua liaj ua teb thaum nws los txog kev sib koom ua ke nrog tsiaj txhu rau hauv kev ua qoob loo mus los?	4
Dab tsi yog FSMA qhov xav tau thaum nws los txog kev sib koom ua ke nrog cov tsiaj yug hauv tsev nrog cov khoom lag luam uas tsim tawm?	5
Kuv yuav paub tau li cas yog tias muaj "qhov tsim nyog tshwm sim" uas cov tsiaj yuav ua qias rau khoom tsim tawm? Thaum twg nws yog	6
"tsim nyog tshwm sim" uas tsim cov khoom tsis huv?	7
Dab tsi ntsuas tau tis yog "tsim nyog tseem ceeb" kom tsis txhob sau cov khoom uas tsis huv?	8
Kuv yuav tsum ua dab tsi kom meej txhawm rau ua raws li FSMA cov qauv hais txog cov tsiaj?	8
2. Khaws cov kev ua liaj ua teb li cas uas zoo tshaj plaws los sis lwm cov kev ntsuas tau ua raws	11
3. Tshawb xyuas cov kev xaiv kev pov hwm txhawm rau kev saib xyuas xwm txheej kev nyab xeeb ntawm zaub mov	12
COV KAUI RUAM NQIS TES UA KOM TIAV SAWV DAWS KEV POM ZOO LI TXOJ CAI	14
1. Ua hauj lwm nrog tus neeg tuav cov cai	14
2. Tsim sawv daws cov kev pom zoo rau hauv zej zog	15
3. Koom tes nrog rau hauv txheej txheem tsim txoj kev cai	17
COV QAUV UA LIAJ UA TEB TXHAWM RAU MUS LAWV YAV TOM NTEJ	17
LUS XAUS	25
DAIM NTAWV TXIV	26

## Tus Tswj Hwm Cov Ntsiab Lus

Cov tsiaj tuaj yeem ua tau ib pab pawg yam yooj yim ntawm cov kev pab cuam txiaj ntsig thoob plaws kev tsim tawm mus los, suav nrog kev pov hwm cov nroj, kev kos thiab kev khawb txhawm rau npaj cog, kev tso tawm thiab nthuav tawm cov quav chiv, kev tswj hwm cov kab thiab cov ntsaum, thiab khaws cov noob txiv ntoo thiab cov txiv hmab txiv ntoo uas poob. Kev tau txais cov txiaj ntsig ntawm kev sib koom ua ke ntawm tsiaj txhu rau hauv cov hauv kev uas vaj txiv hmab txiv ntoo xav kom cov neeg ua liaj ua teb tau rau siab nrog nraim rau cov kev phom sij ntawm kev nyab xeeb nyob rau hauv zaub mov. Kev yug cov tsiaj nyob rau hauv tej qab ntoo thiab dhau mus los ntawm cov kev ua muaj noob txiv ntoo, txiv hnab txiv ntoo, thiab cov zaub ntoo muaj txiv, cov ntoo qis, thiab cov nroj tsuag yuav tso quav thiab rau qee lub caij nyoog cov qoob loo ntawm cov hauv kev uas ua rau muaj qhov yooj yim rau kev tsis huv. Yog tias tus neeg ua liaj ua teb tsis xyuam xim, cov kab mob uas tshwm sim rau hauv cov zaub mov tuaj yeem txuam nrog kev ua liaj ua teb.

Kev ris kev nyab xeeb ntawm zaub mov tuaj yeem pom zoo li loj hlob heev thiab qhov xwm txheej phem tsahj plaws yog qhov txaus ntshai. Li cas los xij, tsis muaj tus neeg ua liaj ua teb twg xav kom leej twg muaj mob. Qhov kawg hauv qab yog txhua tus neeg ua liaj ua teb yuav tsum xub ua zaub mov noj kom nyab xeeb, ua ntej. Txawm lis cas los xij, yuav tsum rau siab rau cov feem xyuam kev cai lij choj ntawm xwm txheej kev nyab xeeb ntawm zaub mov.

Cov teeb meem tuaj yeem tshwm sim rau txhua tus. Cov kev phom sij ntawm kev tsis huv muaj ntxiv thaum cov tsiaj uas nyob ib puag ncig ntawm cov qoob loo uas tsim tawm ua ntej, thaum sij hawm, thiab tom qab kev sau qoob loo. Qhov xov xwm zoo yog cov neeg ua liaj ua teb tuaj yeem muab los siv cov kauj ruam uas pom tau, tus nqis uas cuam tshuam txhawm rau los tso lawv txoj kev phom sij ntawm xwm txheej kev nyab xeeb ntawm zaub mov thiab lawv cov kev ris txoj kev cai lij choj thaum muaj xwm txheej kev nyab xeeb ntawm zaub movj. Muaj ntau cov kauj ruam uas cov neeg ua liaj ua teb tuaj yeem muab los siv los tso cov kev phom sij ntawm khoom tsim tawm tsis huv rau txhua theem ntawm kev tsim tawm thiab tom qab sau qoob loo, tab sis phau ntawv qhia no tshwj xeeb tsom rau kev tso cov kev phom sij thaum mauj kev sib koom ntawm cov tsiaj txhu hauv koj li chaw ua qoob loo.

Ntawm no peb piav txog peb lub tswv yim cov neeg ua liaj ua teb tuaj yeem muab los siv txhawm rau tso kev nyab xeeb ntawm lawv cov zaub mov thiab kev ris txoj kev cai lij choj:

Ua raws li cov kev ua liaj ua teb uas zoo, suav nrog kev ua raws li koj lub peev xwm uas zoo tshaj plaws nrog tsoom fwm Kev Ua Zaub Mov Nyab Xeeb Tiam Tshiab (Food Safety Modernization Act (FSMA)) cov qauv txawm tias koj tsis raug yuam ntawm txoj kev cai lij choj los ua li ntawv.

Khaws cov ntaub ntawv ntxaws txog cov kev ua hauj lwm ua liaj ua teb li cas thiab lwm cov keev ntsuas kev nyab xeeb ntawm zaub mov uas tab tom raug ua raws lwm, txawm tias koj tsis rau yuam ntawm txoj kev cai lij choj los ua li ntawv.

Tshawb xyuas cov kev xaiv kev pov hwm txhawm rau kev saib xyuas xwm txheej kev nyab xeeb txog ntawm zaub mov.

Cov kauj ruam tshwj xeeb thiab cov ntsiab lus meej rau txhua tus neeg ua liaj ua teb yuav tsum siv cov tswv yim zoo li cas yog nyob ntawm tus yam ntxwv tia ua ib yam ntawm kev cog xyob ntoo xwb los sis ua liaj ua teb uas sib xyaws ntawm qoob loo-tsiaj txhu. Cov neeg ua liaj ua teb uas tsis raug zam raws li kev cai lij choj yuav tsum tau ua raws li FSMA txoj cai kev nyab xeeb ntawm zaub mov thiab sau cov cai cia, tab sis txawm tias cov neeg raug zam tau tuaj yeem tso cov kev phom sij kev nyab xeeb ntawm zaub mov thiab kev ris los ntawm kev txaus siab lees txais kev nyab xeeb thiab sau cov kev coj ua uas yuav tsum tau ua raws hauv FSMA Txoj Cai Tsim Kev Nyab Xeeb.

Peb pab qhia txog lub tswv yim zeeg plaub los tsim ib qho yam tsav kev cai lij choj thiab txoj cai uas muaj kev tiv thaiv kev nyab xeeb ntawm cov hauv kev ua liaj ua teb sib xyaws ntawm qoob loo-tsiaj txhu thiab kev cog xyoo ntawd xwb. Lub tswv yim zeeg plaub no tsis yog hais txog kev txo kev ris cov kev phom sij nyob rau hauv tus qauv tam sim no ntawm cov cai tswj kev nyab xeeb ntawm zaub mov, tab sis hais txog cov kauj ruam ntawm cov neeg ua liaj ua teb tuaj yeem muab los siv pab ua kom paub tseeb tias cov kev cai yav tom ntej uas qhia tias qhov yuav muaj yam nkag siab tau zoo rau kev nyab xeeb ntawm zaub mov hauv cov kev ua liaj ua teb sib koom ua ke ntawm tsiaj txhu. Lub tswv yim no cuam tshuam nrog peb kauj ruam uas cov neeg ua liaj ua teb thiab cov zej zog uas ua liaj ua teb tuaj yeem nrhiav los pab ua ntej cov kev cai lij choj uas txhawb kev nyab xeeb ntawm zaub mov thaum los tuav lub luag hauj lwm txog cov kev xav tau tiag thiab cov kev txwv ntawm kev ua liaj ua teb ntawm txhua hom.

- Ua hauj lwm nrog tus neeg tuav cov cai
- Tsim sawv daws cov kev pom zoo hauv zej zog
- Koom tes nrog rau hauv txheej txheem tsim txoj kev cai

Peb tuaj yeem cia siab tias cov kev cai tshiab yuav raug npaj siv nyob rau yav tom ntej. Cov neeg tsim khoom muaj txoj hauv kev los txhim kho txoj kev cai lij choj hloov pauv los ntawm sawv daws kev pom zoo thiab cov kev coj ua ib txwm uas tiv thaiv kev nyab xeeb ntawm kev tsim tawm hauv cov kev ua liaj ua teb sib xyaws ntawm qoob loo-tsiaj txhu. Cov kev paub ntawm lub tswv yim zeeg plaub no yuav pab txhim kho txoj cai txoj hmoo ntawm ntawm cov liaj teb uas siv kev yug tsiaj yam muaj kev saib xyuas uas muaj ua ke nrog kev tshwj xeeb ntawm cov qoob loo uas tsim tawm.

Thaum kawg, lub tswv yim tswj hwm kev phom sij uas zoo tshaj plaws txog kev ris txoj kev cai lij choj ntawm zaub mov uas nyab xeeb yog kev txiav txim siab ntawm tus kheej uas nyob ntawm koj thiab koj daim liaj teb. Koj tus kheej li nyiaj xtiag, kev ua liaj ua teb, thiab kev lag luam kev txiav txim siab txhua yam nyob rau hauv lub tswv yim uas tsim nyog rau koj. Muaj li ntawv nyob rau hauv, cia peb rov tshuaj xyuas qee kauj ruam uas koj tuaj yeem ua thiab cov lus nug koj yuav tsum nug koj tus kheej kom txhim kho zoo txog kev ua zaub mov kom nyab xeeb hauv koj cov kev ua liaj ua teb uas sib xyaw ntawm qoob loo-tsiaj txhu.

## Peb Kauj Ruam txhawm rau Kev Txo Kev Ris Cov Kev Phom Sij Ntawm Zaub Mov Uas Nyab Xeeb

### 1. Ua raws li kev ua liaj ua teb zoo, suav nrog kev ua raws li FSMA cov qauv hais txog cov tsiaj

Ua ntej no, cov neeg ua liaj teb ua raws cov kev nyab xeeb ntawm zaub mov zoo li muaj tsawg ntawm qhov yuav muaj xwm txheej. Ib qho ntxiv, yog tias cov neeg siv khoom muaj mob, cov neeg ua liaj teb uas tuaj yeem qhia tau tias kev ua liaj ua teb zoo tau raug ua raws uas yuav yog lub luag hauj lwm zoo dua los tiv thaiv ntawm nws tus kheej ntawm kev foob los sis tsoom fwm kev siv txoj cai.

Dab tsi yog qhov ua tau zoo ntawm kev ua liaj ua teb thaum nws los txog kev sib koom ua ke ntawm tsiaj txhu nyob rau hauv kev tsim tawm mus los?

Los ntawm kev pom zoo ntawm kev cai lij choj, FSMA cov qauv hais txog cov tsiaj thiab raws li kev ua liaj ua teb uas tau zoo uas tam sim no tab tom muaj muab qhov kev qhia zoo, yog kev tiv thaiv txhawm rau cov neeg ua liaj ua teb



tig mus rau thaum siv cov kev coj ua zoo tshaj plaws rau cov liaj teb tshwj xeeb, tsis hais daim liaj teb twg los yuav tsum tau ua raws. Yam tab tom raug hais los ntawv, FSMA Txoj Cai Tsim Kev Nyab Xeeb (Produce Safety Rule (PSR)) tswj hwm tiag rau thaum twg thiab yuav ua li cas rau cov liaj teb uas raug saib xyuas yuav tsum tswj cov tsiaj , kev siv cov tsiaj ua hauj lwmm, thiab tsiaj uas tau nkag mus cuam tshuam ua ntej, thaum sij hawm thiab tom qab sau cov qoob loo uas raug saib xyuas.

Thawj nqe lus nug uas cov neeg ua liaj ua teb feem ntau nug yog: Kuv puas tau kev saib xyuas los ntawm FSMA cov cai? Thiab txawm hais tias koj qhov liaj teb tau kev saib xyuas los ntawm FSMA, muaj ntau qhov tshwj thiab muaj kev zam. FSMA tsuas yog siv rau cov khoom zaub mov uas raug saib xyuas rau txhua lub sij hawm thiab cov chaw uas muaj cov hauj lwmm uas raug saib xyuas tshwm sim. Cov liaj ua teb uas yuav tsum tau ua raws yuav raug nplua thiab txawm tias raug nplua rau kev ua txhaum ntawm cov qauv. Qee cov liaj teb me yuav tsim nyog tau txais kev zam raws li qhov tsim nyog ntawm PSR, tab sis txawm tias cov liaj ua teb yuav tau txais txiaj ntsig los ntawm kev ua raws li PSR txoj cai kom tsis txhob poob lawv cov xwm txeej uas muaj kev zam.

Raws li thawj kauj ruam, cov neeg ua liaj ua teb tuaj yeem teeb sij hawm 15 feeb taug kev mus rau ntawm Cov Tiaj Liaj Teb Zej Tsoom (Farm Commons) li ntaub ntawv Seb Yuav Ua Los Tsis Ua thiab Thaum Twg Cov Liaj Teb Yuav Tau Ua Raws FSMA: Daim Phiaj Qhia (TXUAS NROG). Los ntawm kev teb cov lus nug, cov neeg ua liaj ua teb tuaj yeem kawm paub txog seb yuav yog ib tog los sis tag nrho ob tog ntawm FSMA PSR thiab FSMA txoj cai Tiv Thaiv Cov Kev Tswj Hwm raug siv rau lawv. Nws tseem muab daim ntawv qhia txog cov ntaub ntawv uas cov neeg ua liaj ua teb tuaj yeem kawm paub ntau ntxiv.

Thaum qhov kev hem ntawm kev nplua thiab kev foob uas ua txhaum kev cai lij choj yog lub laj thawj yuam kom ua raws li FSMA cov cai, nws tsis yog tib qho laj thawj. Txawm hais tias FSMA siv lis cas los xij, tus neeg ua liaj ua teb tseem tuaj yeem ntsib kev foob tus kheej kev puas tsuaj los sis kev siv kev cai lij choj raws li hauv xeev los sis tsoom fwm txoj cai tswj fwm kev noj zaub mov tsis huv yog tias cov kab mob uas tshwm sim rau hauv cov zaub mov raug txuam nrog rau hauv kev ua liaj ua teb. Cov neeg ua liaj ua teb uas tuaj yeem qhia tau tau tias lawv ua raws li FSMA cov qauv hais txog tsiaj txhu - txawm tias lawv tsis raug xav tau – tej zaum yuav muaj kev tiv thaiv zoo yog tias muaj xwm txheej ntawm kev nyab xeeb ntawm zaub mov tshwm sim. Nws vim tias tsev hais plaub yuav nthuav saib txog FSMA cov qauv thaum txiav txim siab tias tus neeg ua liaj ua teb ua txhaum. Cov kev khaws ntaub ntawv cia zoo tuaj yeem mus pab tau koj tiv thaiv kev sib foob thiab pab txo qhov kev tshawb nrhiav thaum muaj xwm txheej kev nyab xeeb ntawm zaub mov, tib yam.

Ib qho laj thawj uas yog tiag ntxiv ua kom tau raws li FSMA txoj cai uas yuav tsum tau ua thiab cov qauv uas yog cov neeg yuav khoom uas muaj thiab yam tom ntej thiab cov tuam txhab tuav pov hwm niaj hnuv no los sis yam tom ntej tej zaum yuav xav tau kev ua raws. Txawm li cas los xij, feem ntau yog tias tsis yog txhua tus neeg yuav khoom yuav txaus siab rau ib tug neeg ua liaj ua teb uas tau siv zog los ua zaub mov kom nyab xeeb yam tiag tiag. Kev siv zog ua raws li FSMA txoj cai tej zaum yuav yog qhov zoo rau kev lag luam.

Qhov no ua rau peb muaj cov lus nug tom ntej no.

[Dab tsi yog FSMA qhov xav tau thaum nws los txog kev sib koom ua ke nrog cov tsiaj yug hauv tsev nrog cov khoom lag luam uas tsim tawm?](#)

Thaum hais txog cov tsiaj nyob hauv tsev, cov hom phiaj tseem ceeb ntawm FSMA cov cai tswj hwm yog txo kev phom sij kev ua qias ntawm cov tsiaj, thiab ua kom ntseeg tau tias tsim cov khoom tsis huv los ntawm cov tsiaj yuav tsis raug sau. FSMA PSR xav kom cov neeg ua liaj ua teb siv cov kev ntsuam xyuas tiv thaiv thiab pov thaiv yog tias "muaj qhov tshwm sim tsim nyog uas yug cov tsiaj, kev siv tsiaj txhu ua hauj lwmm, los sis tsiaj txhu nkag los yuav

ua paug rau cov khoom tsim tawm uas raug saib xyuas. " <sup>1</sup>Cov neeg ua liaj ua teb yuav tsum "siv txhua cov kev ntsuas uas tseem ceeb yam tsim nyog los txheeb xyuas thiab tsis txhob sau cov qoob loo uas tshwm sim qhov tsis huv tau yam tsim nyog."<sup>2</sup>

Nws yog qhov tseeb tias txoj cai tau hais meej kom cov neeg ua liaj ua teb los ntsuam xyuas thaj chaw cog qoob loo rau kev tshwm sim tau ntawm qhov tsis huv ua ntej thiab thaum sau. Nws kuj paub tseeb tias thaum muaj qhov tshwm sim yam tsim nyog ntawm qhov tsis huv uas muaj nyob, cov neeg ua liaj ua teb xav tau cov kauj ruam ntiv kom ntseeg tau tias cov khoom tsim tawm uas tshwm sim yam tsim nyog ntawm qhov tsis huv ntawv yuav tsis raug sau. Rau qhov zoo dua los sis phem tshaj, txawm li cas los xij, txoj cai thiab cov kev cai muaj feem xyuam tsis tau hais txog cov kev ntsuas tshwj xeeb, cov txheeb txheem, los sis cov kauj ruam los txhais cov lus ntiv xws li "tsim nyog" los sis "yuav thwm sim tau" (PSR xav kom muaj kev nqis tes ntiv los tiv thaiv kev nyab xeeb ntawm zaub mov, (piv txwv li kev cob qhia neeg ua hauj lwm thiab cov kev xyau khaws cia) uas tau piav qhia tom qab hauv phau ntawv no.

FDA tau luam tawm ntau cov ntaub ntawv piav qhia tias nws yuav ua li cas qhia txog cov kev cai ntawm FSMA tam sim no, tab sis txawm tias cov ntaub ntawv piav qhia muaj ntau chav rau cov lus nug hais txog tias yuav ua li cas txoj cai yuav siv tau rau hauv cov xwm txheeb ntiag tug uas sib txawv.<sup>3</sup> Ib qho ntiv, cov ntaub ntawv piav qhia, tsis zoo li cov kev cai ntawm lawv tus kheej, tsis muaj kev yuav siv ntawm txoj cai. FDA thiab xeev cov chaw tswj hwm txoj csi tsis raug ris lub luag hauj lwm raws li txoj cai los ua raws li cov lus qhia. Ua raws li cov lus qhia uas tau sau tseg tej zaum yuav muab kev yuav txhawb nqa raws li txoj cai rau cov neeg ua liaj ua teb cov kev coj ua kev nyab xeeb ntawm zaub mov, tab sis nws yuav tsis tseem ceeb los tiv thaiv daim liaj teb uas tab tom raug hais kom nws hloov cov kev coj ua.

Kuv yuav paub tau li cas yog tias muaj"kev tshwm sim uas tsim nyog" uas cov tsiaj yuav ua paug rau kev tsim tawm?

Thaum twg nws yog "yuav tshwm sim uas tsim nyog" uas kev tsim tawm cov khoom tsis huv?

Cov lus teb rau cov lus nug no tsis meej. FSMA cov cai ntawm lawv tus kheej tsis muab lub ntsiab lus los sis kev piav qhia ntawm cov xwm txheeb zoo li cas tej zaum yuav sib sau ua ke txhawm kev tshwm sim qhov tsis huv yam tsim nyog. Txawm li cas los xij, cov neeg ua liaj ua teb raug npaj cia siab rau kom txheeb xyuas thaj chaw uas tshwm sim yam tsim nyog ntawm cov kev ua tsis huv tej zaum yuav muaj nyob thiab cov chaw ntawv txhawm rau txiav txim siab seb puas yuav tshwm sim yam tsim nyog ntawm cov qoob loo nyob rau thaj chaw ntawv tau raug ua rau tsis huv yam tiag tiag. Muaj tseeb, txawm hais tias kev paub tias tsiaj tau nyob hauv thaj chaw cog qoob loo yog qhov tseem ceeb rau kev ntsuas qhov tshwm sim ntawm qhov tsis huv, tsuas yog muaj tsiaj tsis tau txhais tau tias yog kev tshwm sim uas tsim nyog uas lawv yuav ua paug rau cov khoom tsim tawm uas muaj nyob.

FDA pab qhia txog kev ntsuas xyuas cov caj ces av thiab cov qauv av uas yuav muaj peev xwm rau cov tsiaj los sis muaj hwj chim li cas rau cov tsiaj nyob ze mus rau hauv cov qoob loo uas tuaj yeem sau tau. Lwm cov kev txiav txim siab tuaj yeem suav nrog cov caj ces dej ntwis uas tuaj yeem tshoob cov tsiaj tej yam qias ntawm ib cheeb tsam mus rau lwm thaj chaw, xwm txheeb huab cua muaj hwj chim rau kev ntshais chaw thiab, qhov tseeb, hom qoob loo tab tom raug ntsuam xyuas. Piv txwv li, FDA yog qhov pom tias yuav tsis muaj kev tshwm sim yam tsim nyog ntawm kev ua paug ntawm

---

<sup>1</sup>21 CFR 112.83

<sup>2</sup>21 CFR 112.112.

<sup>3</sup>Saib "Cov Qauv rau Kev Cog, kev Sau Qoob loo, Kev Ntim, thiab Tuav Cov Khoom Tsim Tawm rau Tib Neeg Kev Siv: Lus Qhia rau Tsev Tsim Khoom", *Daim ntawv qhia qauv*, Kev Tswj Hwm Zaub Mov thiab Tshuaj Teb Chaws As mes kas (U.S. Food and Drug Administration), Lub Kaum Hlis 2018. Muaj nyob ntawm <https://www.fda.gov/media/117414/download>; thiab "Nyob ntawm kev Saib: Cov Ntsiab Lus Tseem Ceeb hauv Daim Ntawv Qhia Qauv Txoj Cai Kev Tsim Tawm Nyab Xeeb", muaj nyob rau ntawm <https://www.fda.gov/media/117422/download>.

Cov tsiaj rau cov khoom tsim tawm uas loj hlob tag nrho hauv av. Txawm li cas los xij, FSMA tseem xav siv cov kauj ruam kom tsis txhob sau cov qoob loo hauv av yog tias cov kev ntsuam xyuas pom los sis lwm cov thawj pom tias kev tshwm sim yam tsim nyog uas cov qoob loo tau raug kis kab mob lawm.<sup>4</sup> Txawm hais tias FSMA tsis xav kom cov neeg ua liaj ua teb khaws cov ntaub ntawv uas sau tseg ntawm kev siv zog los txheeb xyuas kev tshwm sim yam tsim nyog ntawm tej tsiaj kev kis kab mobua paug ntawm tsiaj txhu, tej zaum nws yog ib qho kev ua uas zoo rau cov kev saib xyuas ntaub ntawv uas txhawb koj txoj kev txiav txim siab.

FSMA cov cai txheeb xyuas txog qhov kev ntsuam xyuas uas pom tau ntawm thaj chaw cog qoob loo thiab cov qoob loo uas yuav raug sau raws li qhov kev siv zog tsawg kawg uas tseem ceeb los txheeb xyuas cov qoob loo tias nyog "yuav tsim nyog tshwm sim" kis kab mob.<sup>5</sup> Cov ntsiab lus meej tias thaum twg, qhov twg, thiab koj yuav ua li cas ua koj cov kev ntsuam xyuas rau koj los txiav txim. Tib yam, nws poob rau koj los txiav txim siab seb puas muaj pov thawj pom tau ntawm kev tshwm sim sib kis uas tseem ceeb txaus kom koj tshwj ib feem ntawm koj cov qoob loo los ntawm kev sau qoob loo.

Tsis muaj daim ntawv teev cov nqe lus tseem ceeb uas koj yuav tsum xav txog hauv kev txiav txim siab seb ib feem ntawm koj cov qoob loo yog "tsim nyog tshwm sim" kis kab mob. Nws yog qhov tseeb tias qoob loos raug kis kab mob yam pom tau, ncaj qha los ntawm cov tsiaj yuav tsum tsis txhob sau, tab sis dhau ntawv, FSMA cov cai cia siab tias koj yuav siv cov kev paub ib txwm thiab kev nkag siab zoo txog cov cai tswj kev nyab xeeb ntawm zaub mov los txiav txim siab seb yam qoob loo tsim tawm tau ntsib rau kev tsim nyog tshwm sim ntam kev kab mob thiab yuav tsim nyog tshwm sim kis kab mob.

Saum toj no, peb tau tham txog xwm txheej ntawm cov neeg ua liaj ua teb lub luag hauj lwm los siv cov kev ntsuam xyuas tiv thaiv thaum "tsim nyog muaj kev tshwm sim uas kev yug cov tsiaj, kev siv cov tsiaj ua hauj lwm, los sis kev nkag los ntawm tsiaj yuav kis kab mob rau qoob loos uas raug saib xyuas." Tab sis, ntawv tsis yog qhov kawg ntawm txoj kab ntsuas. Cov neeg ua liaj ua teb kuj yuav tsum tau ntsuam xyuas thaum qoob loo yog "tsim nyog tshwm sim kis kab mob," xws li lawv tuaj yeem zam kev sau qoob loo los ntawm txhua qhov kev ntsuam xyuas qhov tseem ceeb uas tsim nyog. Cov no yog ob tog ntawm tib lub npib, tab sis lawv tsim nyog cais kev soj ntsuas.

Dab tsi yog cov kev ntsuam xyuas "qhov tseem ceeb uas tsim yog" kom tsis txhob sau qoob loos tsim tawm uas kis kab mob?

Ua raws li qhov tshwj xeeb ntawm koj cov hauj lwm ua liaj ua teb, qhov kev txiav txim siab ntawv tej zaum yuav xav siv ntau yam sib txawv los rau kev txiasv txim siab, xws li hom thiab cov tsiaj koom nrog, hom qoob loo koom nrog, qhov sib ze ntawm cov tsiaj mus rau ntawm cov qoob loo uas tau sau qoob loo, qhov ntev ntawm lub sij hawm ntawm kev sau thiab muaj cov tsiaj nyob rau hauv, thiab cov xwm txheej ib puag ncig xws li cov caj ces av thiab cov xwm txheej huab cua. Ntawm ncuaj sij hawm luv, tsis muaj qhov teeb meem dab tsi rau kev txiav txim siab seb koj cov qoob loo puas tsim nyog tshwm sim kis kab mob. Qhov ntawv ua rau nws tseem ceeb tshaj tag nrho rau kev teeb tsa cov kev ua soj ntsuam tas li thiab khaws cov ntaub ntawv ua pov thawj uas txhawb koj txoj kev txiav txim siab txhawm rau sau qoob los sis tsis sau qoob loo nyob rau hauv lus nug.

---

<sup>4</sup>Saib "Cov Qauv rau Kev Cog, kev Sau Qoob loo, Kev Ntim, thiab Kev Tuav Cov Khoom Tsim Tawm rau Tib Neeg Kev Siv: Lus Qhia Rau Tsev Tsim Khoom", *Daim ntawv qhia qauv*, pp. 74 - 76.

<sup>5</sup>21 CFR 112.112.



Yog koj txiav txim siab tiag tias ib feem ntawm koj cov qoob loo uas tsim nyog tshwm sim kis kab mob, FSMA hais kom koj siv txhua cov kev ntsuam xyuas "qhov tseem ceeb uas tsim nyog" kom tsis txhob sau cov qoob loo ntawv. Ib zaug ntxiv, FSMA txoj cai thiab cov lus qhia tso nws rau koj los txiav txim siab yam kev ntsuas twg tsim nyog rau koj cov hauj lwm kev ua liaj ua teb. FDA pab qhia txog kev cim thaj chaw tsis-sau qoob loo nrog rau cov chij, tab sis lwm txoj hauv kev, xws li kev ua laj kab ib ntus thiab kev ntsuam xyuas uas pom tau ntxiv thaum lub sij hawm sau qoob loo tej zaum kuj tseem yuav muab sau rau cov kev ntsuam xyuas qhov tseeb uas tsim nyog. Txawm hais tias FSMA xav kom cov neeg ua liaj ua teb khaws cov ntaub ntawv sau cia ntawm cov txheej txheem los rau cov quav chiv ntawm daim teb, FSMA tsis xav kom cov neeg ua liaj ua teb khaws cov ntaub ntawv ntsuam xyuas uas raug siv kom tsis txhob sau cov qoob loo kis kab mob. Txawm li cas los xij, raws li ib txwm, nws yog ib qho kev coj ua zoo los sau cov kev siv zog uas koj ua kom tsis txhob sau cov qoob loo uas muaj kev phom sij ntawm kev kis kab mob, suav nrog cov kauj ruam ntawm koj siv los qhia koj cov neeg ua hauj lwm uas thaj chaw tsis tsim nyog yuav tau sau qoob loo.<sup>6</sup>

### Kuv yuav tsum ua dab tsi yam paub meej txhawm rau ua raws li FSMA cov qauv hais txog tsiaj?

Thaum kawg, kev ua raws li FSMA yuav txawv me ntsis los ntawm ib thaj teb mus rau lwm qhov. Nws txhais li cas, piv txwv li, mus "tuav ib txoj hauv kev los tswj cov qauv tsiaj (maintain a system for control of animal excreta)"<sup>7</sup> nyob rau hauv ib qho ntsiab lus ntawm kev cog xyoob ntoos (agroforestry)? Tus laj kab ncig ntawm thaj chaw uas tab tom-sau cov ntsuag ntoos (asparagus) tej zaum yuav dai daim ntawv qhia rau. Cov neeg ua liaj ua teb tej zaum kuj tseem yuav tau kuaj lawv cov khau tej ua ntej yuav mus rau hauv thaj chaw uas xov laj kab los sis muaj cov khub sib cais uas siv los ua hauj lwm nyob hauv cov chaw sau qoob loo uas tsis zoo li rau thaj chaw uas muaj tsiaj. Cov txheej txheem yuav tsum raug ua hauv kev. Nws txhais tau li cas nyob rau theem ua hauj lwm? Tej zaum nws txhais tau tias nyob rau ntau lub lim tiam ntawm kev sau qoob loo, daim ntawv teev cov hauj lwm rau lub caij sau ntsuag ntoos (asparagus) hais qhia thaum tus laj kab raug tsim tsa, thaum nws raug ntsuam xyuas, thiab thaum nws raug tshem tawm. Lwm daim ntawv teev cov hauj lwm rau kev sau qoob loo ntawm nws tus kheej yuav tsum suav nrog kev ntsuam xyuas los sis hloov ntawm ib lub khau tej ua ntej nkag mus.

Kev tsis muaj qhov tshwj xeeb hauv FSMA cov cai thiab cov lus qhia tej zaum yuav ua rau tag siab rau qee tus neeg ua liaj ua teb. Tab sis muaj sab kaj thiab. Cov neeg ua liaj ua teb muaj qhov sib txawv thiab ywj pheej los tsim thiab siv cov kev ntsuas uas yuav ua kom muaj txiaj ntsig thiab tsim nyog tshaj plaws los tswj hwm cov tsiaj hauv lawv thaj teb kom txo tau cov kev phom sij kev nyab xeeb ntawm zaub mov.

Kev ua qoob loo zoo tau tsim tawm tas li raws li lub zej zog kev sib koom tes ua liaj ua teb tias yuav ua li cas los piav qhia ntsiab lus thiab siv FSMA cov qauv. Qhov no muab lub zej zog kev ua liaj ua teb, tshwj xeeb yog cov kev cog xyoob ntoos los sis cov neeg ua liaj ua teb phaum tshiab uas sib koom ua ke tsiaj txhu hauv lawv cov kab ke, hauv kev los koom ua ke txhawm rau ke tsim uas sib koom thiab siv qhov ua tau zoo, muaj txiaj ntsig zoo tshaj plaws thaum sib koom ua ke ntawm cov tsiaj nrog kev tsim khoom tawm.

Txhawm rau nws lwm txoj hauv kev: Los ntawm kev tsim kho sawv daws kev pom zoo muaj txog ntawm cov kev coj ua zoo tshaj plaws, zej zog kev cog xyoob ntoos ntawm nws tus kheej tuaj yeem ua txoj hauv kev los qhia tau cov kev coj ua zoo tshaj plaws. Kev tau txais yam raug cai yuav tsum muaj kev paub tseeb me ntsis ntawm cov txheej txheem. Thiab, peb xav tau pov thawj hais tias cov kev coj ua ntawv coj ncaj qha rau kev txo cov kev kis kab mob ntawm quav tsiaj. Nov yog qhov hauj lwm ua-tau.

---

<sup>6</sup>Saib "Cov Qauv rau Kev Cog, kev Sau Qoob loo, Kev Ntim, thiab Kev Tuav Cov Khoom Tsim Tawm rau Tib Neeg Kev Siv: Lus Qhia rau Tsev Tsim Khoom", *Daim ntawv qhia qauv*, pp. 74 - 81.

<sup>7</sup>21 CFR 112.134

kuv yuav tsum paub Dab ntxiv txog kuv lub luag hauj lwm raws li PSR uas cuam tshuam txog kev sib koom ua ke ntawm tsiaj txhu thiab tsim khoom lag luam?

Kev Ntxuav Tes: Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum ntxuav lawv cov tes kom “sai li sai tau thaum ua hauj lwm” tom qab kov tsiaj los sis khib nyiab ntawm tsiaj.<sup>8</sup> Cov neeg ua hauj lwm tau chww ncaj qha nrog cov tsiaj yuav tsum ntxuav lawv cov tes ua ntej yuav tawm ntawm lub nkuaj kaw tsiaj, tom qab nqa cov tsiaj los sis khib nyiab ntawm tsiaj, thiab ua ntej pib ua cov hauj lwm uas cuam tshuam nrog cov qoob loo.

Kev ntsuam xyuas ua ntej sau thiab sau qoob loo: Cov neeg ua liaj ua teb yuav tsum txheeb xyuas thiab tsis txhob sau cov qoob loo kis kab mob. Qhov no suav nrog kev saib xyuas thiab ntsuam xyuas thaj chaw uas muaj los ntawm kev sib kis kab mob thaum lub caij cog qoob loo thiab thaum lub sij hawm sau qoob loo. Nyob rau hauv qhov kev ntsuam xyuas no, cov neeg ua liaj ua teb yuav tsum txheeb xyuas cov cheeb tsam uas muaj pov thawj ntawm kev tshwm sim sib kis kab mob los ntawm cov tsiaj (piv txwv, muaj ntau npaum li cas ntawm cov quav los yog ua kom cov qoob loo puas tsuaj), piv txwv li, los ntawm kev tso cov chij qhia txog thaj chaw muaj kev puas tsuaj.<sup>9</sup>

Kev txwv tsis pub nkag mus rau cov vaj tse uas muaj laj kab xov-thoob plaws: Cov tsiaj yuav tsum txav kom deb ntawm cov vaj tse uas muaj laj kab xov thoob plaws uas yog cov chaw tsim tawm, cov chaw rau zaub mov, los sis cov khoom ntim khoom zaub mov uas tsis muaj dab tsi npog los sis raug cais tawm ntawm cov khoom tsim tawm / cov chaw / cov khoom siv los ntawm thaj chaw, sij hawm, los sis kev faib.<sup>10</sup>

Kev tswj/kev pov tseg ntawm tsiaj li quav. Cov neeg ua liaj ua teb yuav tsum siv cov hauv kev ua hauj lwm txhawm rau kev pov tseg kom los sis tswj cov tsiaj cov quav yam tau txiaj ntsig zoo.<sup>11</sup> Yog koj ua quav chiv tsiaj rau hauv daim liaj teb, pawg quav chiv yuav tsum raug tswj kom zoo thiab koj yuav tsum khaws cov ntaub ntawv teev txog txheej txheem ntawm kev ua quav chiv, xws li lub sij hawm ua quav chiv, kev saib xyuas qhov sov ntawm pawg quav chiv, thiab hnub tim pib ntawm kev ua quav chiv.<sup>12</sup>

Cov chaw muaj dej: Cov neeg ua liaj ua teb yuav tsum ua kev ntsuam xyuas los tiv thaiv cov tsiaj cov quav los ntawm kev ua paug rau cov chaw dej siv ua liaj ua teb los sis cov chaw xa dej rau kev ua liaj ua teb rau hauv kev cog qoob loo.<sup>13</sup>

Cov cuab yeej thiab khoom siv: Cov cuab yeej thiab cov khoom siv los sau, ntim, los sis tuav cov khoom tsim tawm uas raug saib xyuas yuav tsum huv thiab cov cuab yeej thiab cov khoom siv uas chww nrog feem uas noj tau ntawm cov khoom tsim tawm uas raug saib xyuas yuav tsum raug tsau tshuaj "tas li kom tseem ceeb uas tsim nyog los tiv thaiv kev kis kab mob."<sup>14</sup>

---

<sup>8</sup> 21 CFR 112.32 (b).

<sup>9</sup> 21 CFR 112.12.

<sup>10</sup> 21 CFR 112.32 (a).

<sup>11</sup> 21 CFR 112.134 (a).

<sup>12</sup> 21 CFR 112.54; 21 CFR 112.60.

<sup>13</sup> 21 CFR 112.134 (a).

<sup>14</sup> 21 CFR 112.123

Khau / khaub ncaws: Cov neeg ua liaj ua teb yuav tsum siv cov cai los tiv thaiv kev sib kis ntawm thaj chaw yug tsiaj thiab thaj chaw tsim qoob loo thaum tsim nyog. Thaum FSMA txoj cai tsis yuam kom cov neeg ua liaj ua teb kom muaj los yog yuav tsum tau sib cais cov kau thiab khaub ncaws rau nyias li nyias cov kev ua hauj lwm, qhov no tuaj yeem yog txoj hauv kev zoo thaum yug cov tsiaj nyob hauv cov chaw sib cais los ntawm thaj chaw ua qoob loo.

Kev cob qhia cov neeg ua hauj lwm: Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum tau txais kev cob qhia hauv cov ntsiab lus ntawm kev nyab xeeb ntawm zaub mov, kev noj qab haus huv thiab kev nyiam huv ntiag tug, thiab yuav ua li cas thiaj li paub txog cov khoom uas kis kab mob thiab yuav tsis suav sau. Yam tsawg kawg ib tus ua lub luag hauj lwm rau kev saib xyuas cov kev ua hauj lwm sau qoob loo thiab ntim yuav tsum kawm ttiaiv ib qho kev qhia txog kev nyab xeeb zaub mov kom ua raws li FDA cov qauv. Cov tswv hauj lwm ua liaj ua teb yuav tsum khaws cov ntaub ntawv sau cia txog hnuv kev cob qhia, cov ncauj lus uas cuam tshuam, thiab cov neeg kawm tiav kev cob qhia.<sup>15</sup> Kev coj ua zoo yuav suav nrog kev cob qhia cov neeg ua hauj lwm txog kev yuav ua li cas ntawm cov kev soj ntsuam kev phom sij ua ntej sau qoob thiab thaum sau qoob loo ntawm kev ua teb - suav nrog cov txheej txheem qauv kev ua hauj lwm thiab cov txheej txheem rau kev txheeb xyuas thiab cim cov kev phom sij uas tshwm sim thiab yuav ua li cas yog pom tias muaj kev kis kab mob hauv thaj teb ua ntej los sis thaum lub sij hawm sau (txhais tau hai tias, muab tshem los sis tso tseg). Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum tau kawm paub txog kev pov tseg thiab tswj cov tsiaj li khib nyiab (cuab yeej dab tsi /khoom siv, tsheb siv) thiab yuav ua li cas ntxuav cov cuab yeej thiab cov khoom siv.<sup>16</sup>

Sij hawm ntawm kev saib xyuas thiab sau qoob loo: FSMA txoj cai tsis tseev kom cov neeg ua liaj ua teb tsim cov sij hawm nyob tos ntawm kev saib xyuas thiab sau qoob loo. Txoj cai tsuas hais tias cov qoob loos uas tsis tau rau quav chiv yuav tsum raug rau raws li hauv kev rau "uas tsis lo cov qoob loo raug saib xyuas nyob rau thaum lub sij hawm los sis tom qab kev rau quav chiv" los sis raws li hauv kev rau "tsis lo cov qoob loo raug saib xyuas nyob rau thaum lub sij hawm rau quav chiv thiab txo kev tshw sim rau kev lo cov qoob loos raug saib xyuas nram qab kev rau quav chiv."<sup>17</sup> Raws li FDA qhov kev piav qhia tam sim no ntawm FSMA cov cai, qhov ncuu sij hawm kev rau quav chiv tsawg kawg nkaus ntawm cov kev rau quav chiv rau cov qoob loo uas tsis tau rau quav chiv uas raws li ib qho ntawm cov qauv yog li xoom hnuv, txhais tau hais tias "kev sau qoob loo raug saib xyuas tuaj yeem tshwm sim nyob rau tib hnuv" uas cov qoob loo tsis tau rau quav chiv tau raug rau quav chiv raws li txoj hauv kev rau uas tsis lo rau feem qoob loo raug sau nyob rau thaum kev rau quav chiv thiab txo qhov kev phom sij uas lo cov qoob loo nyob tom qab kev rau quav chiv. Txawm li cas los xij, FDA txhawb kom cov neeg ua liaj ua teb xav txog ncuu sij hawm kev rau quav chiv yam tsim nyog thiab lees paub txog 90-hnuv los sis 120-hnuv ntawm ncuu sij hawm rau quav chiv yog raug tsim los ntawm Qhoos Kas Kev Ua Qoob Loos Tsis Muaj Kab Mob Hauv Teb Chaw (National Organic Program) ua yog "ib kauj ruam paub txhua los mus txo kev tshwm sim ntawm kev kis kab mob."<sup>18</sup>

Cov chaw tiv thaiv: Thaum FSMA txoj cai tsis hais kom cov neeg ua liaj ua teb tsim cov chaw tiv thaiv uas tsis-sau qoob loo nyob rau ntawm cov kis kab mob, qhov no tuaj yeem yog ib txoj hauv kev zoo kom tsis txhob muaj kev sib lo rau

---

<sup>15</sup> 21 CFR 112.22

<sup>16</sup> Saib "Cov Qauv rau Kev Cog, Kev Sau Qoob loo, Kev Ntim, thiab Kev Tuav Cov Khoom Tsim Tawm rau Tib Neeg Kev Siv: Lus Qhia rau Tsev Tsim Tawm", *Daim ntawv qhia qauv*, pp. 26 - 38.

<sup>17</sup> 21 CFR 112.56 (a).

<sup>18</sup> Saib "Cov Qauv rau Kev Cog, Kev Sau Qoob loo, Kev Ntim, thiab Kev Tuav Cov Khoom Tsim Tawm rau Tib Neeg Siv: Lus Qhia rau Tsev Tsim Tawm", *Daim ntawv qhia qauv*, pp. 66 – 69.; thiab "Nyob rau Kev Saib: Cov Ntsiab Lus Tseem Ceeb hauv Daim Ntawm Qhia Qauv Txoj Cai Kev Tsim Tawm Nyab Xeeb".

feem ntawm cov qoob loo uas tuaj yeem sau tau nyob rau thaum saib xyuas thiab txo kev tshwm sim rau cov quav chiv uas los cov qoob loo tom qab kev saib xyuas.

## 2. Khaws cov ntaub ntawv sau tseg txog kev ua zoo tshaj li cas los sis lwm yam kev ntsuas tau ua raws

Qhov tseem ceeb ntawm cov ntaub ntawv tsis tuaj yeem raug hais kom txaus! Cov qauv kev nyab xeeb ntawm zaub mov, cov kev coj ua thiab cov qauv uas tab tom raug ua raws uas tsis muaj cov ntaub ntawv khaws cia qhia tau tias yuav ua rau koj mus tsis tau deb luaj twg yog tias muaj xwm txheej kev nyab xeeb ntawm zaub mov tau tshwm sim. Kev khaws sau cia thiab cov ntaub ntawv tuaj yeem ua rau nkees khaws, tab sis nws yog qhov tseem ceeb tiag thaum nws los txiav txiv txog cov kev phom sij rau kev nyab xeeb ntawm koj cov zaub mov.

Ib qho ntxiv, cov neeg yuav khoom tam sim no xav kom cov neeg ua liaj ua teb yuav tsum muaj cov ntaub ntawv qhia seb lawv puas ua raws li FSMA cov qauv los sis cov kev ua tau zoo tshj plaws ntawm kev nyab xeeb ntawm zaub mov. Li cas los xij, feem ntau yog tias tsis yog txhua tus neeg yuav khoom yuav zoo siab uas pom cov ntaub ntawv ntawv los sis tsawg kawg kuj paub tias koj tau khaws lawv cia.

Cov ntaub ntawv tseem ceeb muaj xws lis:

- Phau ntawv sau txog kev saib xyuas tsiaj: sau yam txheej xwm uas tuaj yeem sau tau thiab yam uas tshwm sim muaj.
- Phau ntawv sau txog kev ntsuam xyuas kev phom sij ua ntej kev sau qoob loo: sau cov txiaj ntsig ntawm kev ntsuam xyuas kev saib xyuas thiab yam tshwm sim muaj uas tuaj yeem sau tau (piv txwv, txheeb xyuas, cim, chaw nyob, tiv thaiv kev phom sij ntxiv).
- Phau ntawv sau txog kev ntsuam xyuas cov kev phom sij txog kev sau qoob loo: sau txog cov txiaj ntsig ntawm kev ntsuam xyuas kev saib xyuas thiab txhua yam uas tshwm sim muaj kom zam dhau kev sau qoob loo kis kab mob.
- Phau ntawv sau txog kev cob qhia rau cov neeg ua hauj lwm: Sau cia thaum cov neeg ua hauj lwm tau kawm paub thiab yam uas raug kawm txog.
- Cov hauv kev taug qab thiab kev tuaj yeem taug qab tau cov qoob loo: Thaum muaj xwm txheej kev nyab xeeb ntawm cov zaub mov tshwm sim, ib qho ntawm thawj txoj hauv kev los tswj kev kev sib kis kab mob, thiab txo kev puas tsuaj, yog kev rho txhua cov qoob loo uas tshwm sim kis kab mob tawm. Raws li ib txwm, qhov no yuav tsum tau qee hom kev taug qab thiab txoj hauv kev khaws cov ntaub ntawv sau tseg uas tuaj yeem taug qab tau. Qhov kev taug qab yuav tsum nqaim txaus kom txiav txim siab nqaim xws li tsim nyog rho tawm. Txoj cai tshiab tswj los ntawm Kev Tswj Xyuas Zaub Mov thiab Tshuaj (Food and Drug Administration) tej zaum yuav tsim cov cai yam tsawg kawg nkaus rau cov kev taug qab cov qoob loo rau cov liaj teb uas tsis raug zam.<sup>19</sup>

Rov qab mus rau yav piv txwv ntawm cov ntsuag xyooob (asparagus), qhov no txhais tau tias cov neeg ua liaj ua teb xav tau daim ntawv txheeb xyuas tiag tiag ntawm kev sau cov qoob loo nrog kev txheeb xyuas ib qho dhau ib qho ntawm lub thawv uas sab khau tau raug tshawb pom qhov tseeb. Qhov zoo tshaj plaws

---

<sup>19</sup>"Cov Kev Xav Tau rau Cov Ntaub Ntawv Kev Taug Qab Tau Ntxiv rau Cov Zaub Mov Tiag Tiag", Txoj Cai uas Tau Thov, Kev Tswj Xyuas Zaub Mov thiab Tshuaj, Tsoom Fwv Tso Npe Rau Npe Vol. 85, No. 185, pp. 59984 - 60038. Muaj Nyob Rau ntawm: <https://www.govinfo.gov/content/pkg/FR-2020-09-23/pdf/2020-20100.pdf>

ntawm kev rov qab raug cai los ntawm kev taug qab daim ntawv uas raug sau lub sij hawm rau thiab tau muab khaws rau qhov chaw ua tuaj yeem nrhiav tau yog tias xav tau.

Txoj cai lij choj tso cai rau muaj ntau yam nyob rau kev yuav ua li cas tiag ntawm cov ntaub ntawv khaws cia tau tshwm sim. Nws tuaj yeem yog daim ntawv thiab daim kab das dai ntawv, nws tuaj yeem yog cov ntawv digital, cov duab ntau daim, lub app tswj hwm cov phiaj xwm los sis ntau dua. Yog tias cov neeg tsim khoom lag luam tuaj yeem los saib sawv daws kev pom zoo txog qhov kev coj ua zoo tshaj plaws, txoj cai lij choj tso cai rau txhua tus neeg ua liaj ua teb ua kom pom qhov kev coj ua tau ua raws ntau yam txawm li cas los xij, ib txoj hauv kev twg uas koj xaiv, nco ntsoov tias FSMA xav tau cov ntaub ntawv uas yuav tsum tau ua thaum lub sij hawm ua hauj lwm "tau ua los sis tau soj ntuam."<sup>20</sup> Txhawm rau kom ua tau raws li FSMA cov ntaub ntawv khaws cia, koj cov ntaub ntawv yuav tsum muaj qee cov ntaub ntawv tshwj xeeb uas meej, suav nrog lub npe thiab thaj chaw ntawm koj thaj teb, hom qoob loo thiab qhov chaw ntawm thaj chaw cog qoob loo los sis lwm thaj chaw ua noj ua haus lwm yam, hnub thiab sij hawm ntawm kev ua los sis daim ntawv sau tseg kev soj ntsuam, kos npe ntawm tus neeg uas tau ua qhov hauj lwm ntawv los sis tau ua kev soj ntsuam, thiab kos npe ntawm tus thawj saib xyuas uas muaj feem xyuam.<sup>21</sup> Yog tias FDA cov cai kev soj qab tau ntawm zaub mov uas tau thov yog tias raug txais li tau sau tseg, tej liaj teb uas raug saib xyuas tseem yuav tau mus ib kauj ruam deb dua, tseem tshuav qhov muab kev GPS koom nrog rau cov teb uas tau sau cov qoob loo.

### 3. Tshawb xyuas cov kev xaiv kev pov hwm rau kev saib xyuas kev nyab xeeb ntawm zaub mov

Muaj kev pov hwm kev nyab xeeb yog ib qho tseem ceeb los tiv thaiv koj daim liaj teb yog tias nws puas los cuam tshuam rau hauv kev raug foob hauv kev cai lij choj txog kev muaj mob los ntawm zaub mov. Yog tias muaj xwm txheej tshwm sim, kev txiav txim siab foob tsis yog yuav raws li koj cov neeg yuav khoom. Nws yog raws li feem xyuam-zeeg peb uas yog cov tuam txhab kev tuav pov hwm uas them nyiaj txiag ua dej siab rau tus neeg twg uas tau txais kev puas tsuaj, txawm li cas los xij ntxawm tias tus neeg ua liaj ua teb yog tus txhaum. Yog koj muaj kev saib xyuas kev pov hwm kev nyab xeeb, koj lub tuam txhab kev pov hwm yuav tsum tiv thaiv koj li teeb meem thiab them nyiaj rau yam kev puas tsuaj raws li txoj cai ntawm koj.

Qhov tsheeb yuav nyuaj yog kev nrhiav kev pov hwm kev tiv thaiv rau kev muaj mob los ntawm zaub mov uas muaj tshuaj txhaus tuaj yeem yuav tau siv zog rau. Cov cai tswj kev ua liaj ua teb muaj kev txwv, yog tias yam dab tsi, kev saib xyuas kev muaj mob ntawm zaub mov uas muaj tshuaj txhaum uas peb hu ua "cov cai kev ua liaj ua teb" - peb kuj hu ua "kev pov hwm kev ua liaj ua teb" los sis lwm lwm cov npe – saib xyuas kev puas tsuaj rau cov liaj teb li txhiam laj txhiam xwm los ntawm cov kev phom sij tiag xws li hluav taws kub thiab khaub lig cua. Qee txoj cai kev ua liaj ua teb yuav saib xyuas rau cov kev muaj mob ntawm zaub mov uas muaj txhuaj txhaus raws li cov xwm txheej uas xaiv. Qee txoj cai kev kev ua liaj ua teb tsuas yog saib xyuas rau cov kev raug mob uas tshwm sim hauv daim liaj teb. Qhov no txhais tau tias yog cov khoom uas kis kab mob raug muag rau tus neeg twh uas muag khoom los sis los ntawm lub khw tshav puam yuav zaub, tus neeg ua liaj ua teb yuav tsis raug pov hwm. Qee txoj cai kev ua liaj ua teb saib xyuas rau kev muaj mob los ntawm zaub mov uas muaj tshuaj txhaum xwb txawm tias kev kis kab mob yuav yog los ntawm kev kub nyhiab, khaub lig cua, los sis lwm yam kev phom sij, tab sis tsis yog cov neeg ua liaj ua teb tsis saib xyuas. Cov neeg ua liaj ua teb tsis npaj siab yuav txhob txwm, tab sis cov teeb meem txheej tshwm xwb. Cov lag luam pom zoo, cov cai kev tsim khoom tawm thiab cov khoom lag luam hais kom rov qab them nqi tej zaum muaj kev saib xyuas ntau rau kev muaj mob los ntawm zaub mov uas muaj tshuaj txhaum ntau dua li cov cai yooj yim kev ua liaj ua teb. Txawm li cas los xij, hauv kev Thaj Chaw Kev Ua Liaj Ua Teb (Farm Commons) cov kev paub dhau los, cov kev cai sib txawv deb heev, thiab qee qhov muaj kev tsis sib haum xeeb

---

<sup>20</sup>21 CFR 112.161 (a) (2)

<sup>21</sup>21 CFR 112.161; Saib ntxiv, "Cov Qauv Kev Cog, Kev Sau Qoob Loo, Kev Ntim, thiab Kev Tuav Cov Khoom Tsim Tawm rau Tib Neeg Kev Siv: Lus Qhia rau Tsev Tsim Khoom", *Daim ntawv qhia qauv*, pp. 131 - 138.

Ntawm lawv tus kheej seb kev sib kis kab mob ntawm kev nyab xeeb ntawm zaub mov puas raug saib xyuas. Nkag siab txog qhov txwv ntawm koj li kev saib xyuas ntawm txoj caipov hwm yog qhov tseem ceeb rau kev tswj cov kev phom sij li txoj kev lij choj hauv kev ua liaj ua teb.

Tsis txhob piv xav txog kev saib xyuas rau koj xwb: Nyeem koj cov cai los sis tham nrog tus neeg saib xyuas koj kom ntseeg tseeb tias koj txoj cai tau muab cov kev saib xyuas uas koj xav tau thiab npaj siab tseg. Tsis muaj ib yam dab tsi phem dua li kev them cov nqi tuav pov hwm xwb tab sis ho los paub tom qab tias txoj cai tsis muab kev saib xyuas rau qhov xwm txheej tiag tiag uas tau tshwm sim. Tab hmoov tsis zoo, nws yuav nyuaj heev los txiav txim siab yog tias qee qhov kev tuav pov hwm tshwj xeeb yuav them rau qee qhov kev phom sij tshwj xeeb. Cov neeg ua liaj ua teb yuav nyeem cov cai tswj fwm nws tus kheej, tab sis qhov no tuaj yeem hem. Ua rau nws nyuaj ntxiv, lus tiag ntawm txoj cai yuav tsis raug xa tawm. Cov neeg ua liaj ua teb yuav tsum tau hu rau tus neeg sawv cev, uas tom qab ntawv nws hu rau lub tuam txhab pov hwm, thiab kev sib tham ntev hauv xov tooj yuav raug tsim kho. Txawm hais tias tom qab tau txais ib tsab ntawv theej ntawm tsab cai, cov neeg ua liaj ua teb tej zaum kuj yuav tsis nkag siab raws li nws cov ntsiab lus txhais li cas. Ntau tus kws lij choj tsis nkag siab txog cov cai uas muaj ntawv pov hwm yog saib xyuas dab tsi.

Yog tias koj tau txais koj txhais koj txoj cai tag nrog tiag lawm nco ntsoov rau siab rau qhov tau zam, uas feem ntau pom ntawm qhov kawg. Qhov no yuav teev cov khoom uas tsis tau kev saib xyuas. Qee zaum nws yuav hais meej, "Tsis suav cov kev sib kis kab mob ntawm cov zaub mov." Yog tsis muaj kev pab them nqi tiag. Yog tias nws muaj kev qhia txog tia muaj cov kab mob tuaj pwm los sis kab mob sib kis los sis kab mob lom, yuav tsum ceev faj, vim qhov no yuav zoo li raug piav qhia txog kom raug cov xwm txheej cov zaub mov uas kis kab mob.

Txoj kev hla no tsuas yog nug koj tus neeg ntawm kev pov hwm saib seb cov kev phom sij tshwj xeeb puas muaj kev saib xyuas xwb. Yam lees paub tias, qhov no tsis yog lub tswv yim los tiv thaiv. Tus neeg sawv cev yuav tsis muaj qhov pom tseeb txog txoj cai siv rau kev ua hauj lwm tsis yog kev ua liaj ua teb ib txwm. (Hais ib qho ces yog, tus neeg sawv cev tej zaum tsis muaj qhov txhaum.) Nco ntsoov tias koj tus neeg sawv cev yuav sau ntawv teb rau koj cov lus nug uas sau ua ntaub ntawv thiab sau cov lus sib tham cia uas koj tau tham nrog tus neeg sawv cev los sis lub tuam txab kev pov hwm.

Qhov nyuaj zeeg ob uas muaj tiag yog kev kev saib xyuas kev pov hwm rau cov muaj mob los ntawm zaub mov tsis muaj rau qee thaj teb. Yog tias kev pov hwm kev lag luam pom cov kev coj ua tshwj xeeb los sis cov hauv kev tsim khoom tawm uas muaj kev phom sij yam tshwj xeeb, lawv yuav tsis kam muab kev saib xyuas. Yog tias tsis muaj cov neeg ua liaj ua teb coob xav tau qee yam kev pov hwm, lub tuam txhab kev pov hwm tsis pom ib lub cib fim twg los muab cov nyiaj rau kev saib xyua. Thiab thaum twg ib lub tuam txhab kev tuav pov hwm tsug rau ib tug neeg ua liaj ua teb, lwm tus yuav ua raws li kev foob. Qhov no ua rau cov neeg ua liaj ua teb nyob rau hauv qhov chaw nyuaj heev. Hauv lub sij hawm luv, cov lus teb zoo tshaj plaws yog hais kom lwm tus neeg ua liaj ua teb txhawm rau tau kev qhia rau ntawm tus neeg sawv cev uas tos txais cov lus pom. Yog tias qhov ntawv tsis muaj txiaj ntsig, cov neeg ua liaj ua teb yuav tsum hloov pauv lawv cov hauj lwm kom dhau los rau kev pom hwm tau. Hauv lub sij hawm ntev, cov neeg ua liaj ua teb tuaj yeem ua hauj lwm nrog lwm cov neeg ua liaj ua teb thiab cov neeg txhawb nq aua liaj ua teb kom los thov kev pov hwm kev lag luam los saib xyuas ntxiv rau daim liaj teb ib daim xwb thiab cov kev muag khoom. Qhov no yuav yog tus txheej txheem qeeb (thiab tag siab), tab sis ua hauj lwm dhau sij hawm, nrog ntau lub suab pom zoo txaus, txhua yam tuaj yeem hloov pauv.

Raws li qhov pib, ntawm no yog qhov uas koj tuaj yeem ua tau:

Nrhiav tus sawv cev kev pov hwm: Yog koj tsis muaj ib tus sawv cev kev pov hwm, los sis yog koj xav mus ncig seb puas muaj lwm yam dab tsi nyob sab nrauv, txoj kev zoo tshaj kom nrhiav tau tus neeg sawv cev yog tham nrog lwm cov neeg ua liaj ua teb hauv zej zog uas ua cov liaj teb zoo ib yam li koj ua, los sis tab tom npaj ua.



Txiav txim siab seb koj qhov kev pov hwm uas muaj tam sim no los sis yav tom ntej suav nrog kev saib xyuas xwm txheej kev nyab xeeb ntawm zaub mov: Nyeem koj cov cai los sis nug koj tus neeg sawv cev ntawm kev pov hwm. Yog tias koj pom tias lo lus teb yog TSIS tau, los sis yog tias nws yog qhov tsis meej (uas ntxim yuav txhwm sim tshaj plaws), tshawb xyuas koj cov kev xaiv hauv cov txoj cai tswj fwm ntawm cov qoob loo uas kis kab mob.

Txiav txim txog kev hu rau kev pov: kev pov hwm muaj rau qee lub sij hawm yuav los tiv thaiv rau kev them nyiaj ntawm kev hu rov qab. Nrhiav cov cai no yuav siv sij hawm me ntsis. Kev hu rau kev saib xyuas tej zaum muaj raws li ib feem ntawm txoj cai tswj fwm kev lag luam. Nws tsim nyog nug koj tus neeg sawv cev ntawm kev pov hwm tias cov kev xaiv twg uas muaj rau koj.

Rov qab xyuas koj txoj cai ntawm txhuas xyoo: Cov kev pov hwm tseem yuav tsum khaws cia kom zoo raws li niaj hnub tam sim no, vim tias kev saib xyuas tej zaum yuav hloov pauv los sis cov kev hloov kho yuav tsum tau ua nyob rau hauv ib xyoo rau ib xyoo. Cov neeg ua liaj ua teb tau raug ua zoo qhia kom pom zoo txog kev tsim qee zaum ntawm txhua xyoo kom rov mus saib dua, txhim kho, thiab hloov kho lawv cov tswv yim kev nyab xeeb ntawm zaub mov rau lawv cov liaj teb. Dab tsi ua tau zoo thiab dab tsi ua tsis tau zoo? Cov hauv kev puas raug ua raws? Hu rau tus sawv cev rau lub chaw pov hwm kev nyab xeeb yuav tsum yog ib feem ntawm qhov kev ntsuam xyuas xyoo no.

Thaum tham nrog tus neeg sawv cev ntawm kev pov hwm txog seb puas yuav muaj kev phom sij raug saib xyuas tsim ib diam ntawv taug qab. Kev sib txuas lus ntawm email yog ib txoj kev los tsim cov ntawv sau cia. Qhov uas tsis muaj peev xwm ua tau, ib lub chaw ua hauj lwm uas muaj lub sij hawm ntawm kev hu, txheeb xyuas tus neeg tau hu, thiab cov ntsiab lus ntawm kev sib tham tuaj yeem mus rau kev tsim cov kev thov kev pab uas tshwm sim tau yog tias koj tsis raug qhia.

## Cov Kauj Ruam Ua rau Kev Nqis Tes Ua Kom Tiav Sawv Daws kev Pom Zoo Txog Txoj Cai

### 1. Ua hauj lwm nrog cov neeg tswj hwm

Raws li peb tau hais txog, muaj ntau qhov tsis meej ntawm xwm txheej hauv kev nyab xeeb ntawm zaub mov, tshwj xeeb tshaj yog thaum nws los txog kev koom ua ke ntawm tsiaj txhu. Qhov ntawv txhais tau hais tias nws poob rau xeev thiab cov tswj hwm hauv ib cheeb tsam los txiav txim seb lawv yuav poav qhia thiab siv cov kev cai tsis meej li cas, los sis nyob qhov teeb meem yooj yim ib qho rau ib qho. Nkag siab txoj hauv kev tias yuav ua li cas thiab vim li cas koj lub xeev thiab cov tswj hwm hauv ib cheeb tsam piav qhia cov cai tswj kev nyab xeeb ntawm zaub mov tuaj yeem muab tus qauv txoj kev cai lij choj uas muaj txiaj ntsig rau kev nkag siab qhov kev txiav txim siab yuav mus rau hauv cov cai yav tom ntej. Ntxiv mus, cov ntaub ntawv pov thawj ntawm lub koos haum kev piav qhia uas ntev ntawm txoj cai yuav muaj ntau lub ntsiab lus thaum cov neeg tsim cai tau sim txiav txim siab yuav hloov txoj cai tshiab li cas.

Nrog rau qhov kev paub ntawv, pib kev txiav txim siab tham nrog koj lub xeev los sis cov neeg tswj hwm hauv ib cheeb tsam kom paub seb cov cai tswj kev nyab xeeb ntawm zaub mov puas tab tom raug siv tib txoj hauv kev rau lwm cov liaj teb nrog kev ua hauj lwm zoo sib xws, seb puas muaj kev piav qhia cov cai los ntawm lub koos haum txoj cai los sis koj tus neeg tswj hwm hauv koj cheeb tsam li kev txiav txim. thiab dab tsi yog koj tus neeg tswj hwm xav pom txog hauv cov cai tshiab, tshwj xeeb ntxiv.

Thaum tham nrog koj tus neeg tswj hwm, tsis txhob hnob qab tias koj tus neeg tswj hwm yuav tsum ua raws li txoj cai tswj hwm thiab cov lus qhia los ntawm saum toj no (ntawv yog, cov neeg saib xyuas qhov chaw ua hauj lwm los sis feem kev cai lij choj), seb lawv puas pom zoo nrog nws los tsis pom zoo. Muaj qee cov xwm txheej, koj tus neeg tswj hwm yuav tsis kam qhia ib qho twg hlo li, tshwj xeeb yog muaj kev tsis meej hauv txoj cai. Txhua qhov tib yam, raws li

cov sawv cev ntawm lub chaw hauj lwm los sis cov nom tswv tsim txoj cai, koj tus kws tswj hwm yog sawv cev rau lub chaw hauj lwm los sis tag nrho ntawm tsoom fwm thiab yuav tsum ua hauj lwm tsis tu ncuu los sis lwm yam nws yuav raug rau cov teeb meem hauv tsev hais plaub. Muaj kev sib tham txhawm rau txheeb xyuas los sis pab ua kom tiav cov tsis tu ncuu hauv koos haum tswj hwm txoj cai tuaj yeem yog ib kauj ruam zoo rau kev sib tham txog cov kev cai yav tom ntej uas daws qhov kev nyiam thiab kev txhawj xeeb ntawm txhua tus neeg.

Qee zaum, kev sib tham yuav ua li cas txog ntawm tus kws tswj hwm piav qhia los yog siv cov kev cai tam sim no tuaj yeem nkag siab tau. Xyaum ua hauj lwm kom tau zoo, tsis tau phooj ywg zoo. Nco ntsoov tias koj tus neeg tswj hwm yog tib neeg thiab. Txawm hais tias nws pab tau txhiab pua txoj hauj lwm, nrog rau kev qhia tias koj tau ua koj cov hauj lwm hauv vaj tse thiab tias koj paub ib txoj los sis ob txoj kev cai, nws ib txwm tsis nyob hauv koj txoj kev xav kom tawm los ua kev tiv thaiv los sis paub txog nws. Xyaum los txheeb xyuas cov ntsiab lus uas koj tuaj yeem pom zoo, thiab muaj kev hwm rau pom zoo nrog rau tsis pom zoo rau cov ntsiab lus uas koj muaj qhov sib txawv ntawm kev xav.

Thaum nws tseem tseem ceeb kom muaj kev sib tham pej xeem nrog tus sawv cev ntawm cov neeg sawv cev ntawm koj qhov chaw tswj hauj lwm, nws tseem ncaj ncees los teb cov lus teb uas tsis meej los sis tsis txaus siab los ntawm cov lus nug yog tias muaj ib tus neeg twg uas koj tuaj yeem tham nrog kom nkag siab zoo rau lub chaw hauj lwm lub luag hauj lwm. Feem ntau cov chaw tswj kev cai muaj cov neeg ua hauj lwm uas raug teeb tsa rau kev coj lub qhoos kas los sis cov luag hauj lwm tus kws tshuaj xyuas txoj cai uas nws txoj hauj lwm yog los piav qhia cov cai thiab saib xyuas kom meej tias cov cai ntawv raug siv yam tsis tu ncuu thoob plaws lub chaw ua hauj lwm. Yog tias koj muaj sijhawm los tham nrog tus saib xyuas rau lub koos haum txoj cai tswj fwm, txiav txim siab ua raws nrog tsab ntawv los sis kev sau cov ntsiab lus hauv email koj txoj kev nkag siab ntawm kev sib tham thiab thov kom teb rov qab kom paub txog koj txoj kev nkag siab.

Thaum kawg, nco ntsoov ua tsaug rau koj tus neeg tswj hwm txoj cai uas muaj lub sijhawm los teb koj cov lus nug, mloog koj cov kev txhawj xeeb, thiab tawm tswv yim txog lawv txoj hauj lwm ntawm txoj cai. Txawm hais tias nws yeej yog ib feem ntawm koj tus neeg muaj tswj hwm lub luag hauj lwm kom teb rau cov lus nug rau pej xeem, feem ntau lawv ua hauj lwm kom ua txoj hauj lwm loj nrog cov peev txheej sawg. Thaum koj qhia tau tias koj saib lawv lub sijhawm muaj nuj nqis, koj tus kws tswj yuav muaj qhov siv sijhawm los daws koj cov kev txhawj xeeb thiab saib koj lub sijhawm muaj nqis uas koj tau siv sijhawm coj cov kev txhawj xeeb ntawv mus rau lawv cov kev saib xyuas.

## [2. Tsim sawv daws kev pom zoo hauv zej zog](#)

Thaum cov kev cai tsis meej, lub sawv daws kev pom zoo hauv zej zog tuaj yeem yog ib lub cuab yeej muaj txiaj ntsig hauv kev ua tiav kev paub meej. Thaum zej zog mus xyuas tus neeg tswj hwm nrog rau lub homphiaj tau thov uas muaj ntau tus neeg sawv nram qab, nws tsuas yog haub ntias ntxiv. Tab sis, cov laj thawj los tsim kho sawv daws kev pom zoo hauv zej zog khiav hauj lwm tau zoo dua li qhov pom tau xwb txhawm rau ua kom cov neeg tswj hwm tau pom txog.

Sawv daws kev pom zoo hauv zej zog muaj tso cai siv ntawm txoj kev cai lij choj rau hauv ntau yam ntsiab lus uas feem ntau tsis raug pom txog. Hauv qhov chaw hais plaub ntug, cov kws lij choj thiab cov kws txiav txim plaub ntug feem ntau yuav hais txog kev coj ua nyob rau zej zog thaum piav lawv cov laj thawj tom qab lawv cov lus xaus. Piv txwv li, cia peb hais tias ib tus neeg ua liaj ua teb yog ib feem ntawm qhov kev sib foob hais tias nws tau txhob txwm ua teeb meem rau hauv kev nyab xeeb ntawm zaub mov. Cov kws lij choj nyob rau ob tog yuav tsum nquag mus nrhiav cov pov thawj hais txog kev coj noj coj ua hauv zej zog txog kev nyab xeeb ntawm zaub mov. Tus neeg ua liaj ua teb nyob rau hauv lo lus nug yuav muaj qhov yeej muaj yeej ntau dua

kev foob yog tias tus neeg ua liaj ua teb tuaj yeem qhia kom pom tias nws qhov kev coj ua tau raws li lwm cov neeg ua liaj ua teb ua. Nws yog qhov nyuaj los ua pov thawj tias ib tus neeg ua liaj ua teb cov kev coj ua tau raws li kev cai hauv zej zog yog tias peb tsis muaj zej zog cov kab lis kev cai! Nws kuj tseem nyuaj rau kom yeej cov kev foob no yog tias hauv zej zog, peb tsis muaj cov pov thawj los txhawb peb cov lus foob raws li kab li kev caihauv zej zog.

zej zog uas muaj cov kab li kev cai yam tsis tu ncuu thiab tau sau ua ntaub ntawv yog ib lub luag hauj lwm zoo tshajyog tias thaum cov mem zeej hauv zej zog tau raug foob. Cov ntaub ntawv tshaj tawm, cov lus tshaj tawm ntawm kev sib tham, thiab cov ntaub ntawv ua hauj lwm yog txhua yam uas muaj ntawm lub hauv paus cov kab li kev cai yam tsis tu ncuu thiab tau sau ua ntaub ntawv. Qhov chaw cog xyoo ntoo hauv zej zog tuaj yeem sib tham thiab sau lawv cov kev coj ua los ntawm cov ntawv dawb, cov ntaub ntawv tshawb nrhiav cov ntsiab lus, thiab cov lus tshaj tawm hauv rooj sib tham, cov ntawv yog lub luag hauj lwm zoo dua los tiv thaiv lawv tus kheej ntawm kev sib foob.

Sawv daws kev pom zoo ntawm zej zog kuj tseem pab ua tus qauv kev piav qhia. Yog tias kev piav qhia cov ntsiab lus raug tswj los ntawm kev hais plaub, cov txheej txheem tau piav qhia hauv kab lus dhau los ua qhov tseem ceeb. Lub sij hawm sib hais plaub, kws lij choj rau ob tog yuav piav qhia tias vim li cas kev pom zoo hauv zej zog txhawb lawv txoj kev piav qhia uas tau xaiv ntawm kev cai lij choj. Sab nrog kev ua kom pom tau ntau dua ntawm sawv daws kev pom zoo, thaum muaj kev txhawb nqa los ntawm cov pov thawj thiab nyob hauv txoj kev nrog txoj cai tswj hwm, yuav muaj qhov yeej ntau dua. Tab sis tib lub sij hawm, kev piav qhia cov ntsiab lus feem ntau tshwm sim los ntawm txoj cai, xws li tau tham yam tom ntej.

Kev piav qhia cov ntsiab lus feem ntau raug ua kom ruaj khov nyob sab nraum chav hais plaub. Cov neeg siv txoj kev cai lij choj thiab cov chaw tswj hauj lwm feem ntau siv cov cai uas ua kom nco qab lawv txoj kev piav qhia uas tau xaiv ntawm txoj cai, thiab tom qab ntawv lawv ua raws li cov cai ntawv nyob rau sab hauv. Cov cai no tsis tau txais tias daim ntawv pov thawj ntawm kev txiav txim siab (pom tias kev sib foob yeej coj tsis tau) thiab yuav hloov raws li kev tswj hwm tau xaiv pauv, tab sis cov cai no siv ua "txoj cai" txhua qhov zoo tib yam. Thaum teeb tsa lawv txoj cai kev piav qhia, cov neeg siv txoj kev cai lij choj tub ceev xwm feem ntau tig mus rau kev coj ua hauv zej zog. Txawm hais tias muaj tseeb, tus neeg siv txoj kev cai lij choj raug tsom rau nruab nrab ntawm txoj cai uas yuav ua raws li lub phom phiaj ntawm txoj kev cai lij choj, lawv saib mus rau lub zej zog kom pom cov txheej txheem tsim nyog rau kev ua raws li lub hom phiaj. Ib lub zej zog uas tuaj yeem qhia tau yooj yim thiab ceev ceev rau tus neeg siv txoj kev cai lij choj tias dab tsi lawv lub zej zog twb tau ua (thiab vim li cas!) yog lub luag hauj lwm zoo dua los txhawb tus txheej txheem kev piav qhia. Qhov peev xwm no yog qhov muaj zog tshaj plaws thaum ib lub zej zog tuaj yeem txhawb nws lub luag hauj lwm nrog cov pov thawj muaj zog txog vim li cas thiab yog li cas ntawm lawv qhov kev coj ua, piv txwv, tiv thaiv kev nyab xeeb ntawm kev xa peb cov zaub mov.

Sawv daws kev pom zoo tsis yog mus nrog txhua yam uas peb cov phooj ywg xav txhawb nqa. Sawv daws kev pom zoo yog hais txog yuav muaj kev sib tham muaj zog hais txog vim li cas thiab yog li cas lub zej zog hos xaiv lees txais qhov kev coj ua. Sawv daws kev pom zoo muaj zog yog txhawb nqa los ntawm kev nug rau peb cov kev xaiv, tshawb xyuas cov kev xaiv, koom nrog kev sib cav, thiab kev ua raws li cov lus pom zoo tiag hais txog dab tsi yuav tsum tau ua. Cov txheej txheem tsis tsim nyog kom tau npliag los sis zoo. Nws kuj yuav tsum tau txais kev txhawb nqa los ntawm cov neeg txhawb nqa kev lag luam, cov kev koom xwm, thiab cov neeg txhawb nqa. Cov no yog cov koos haum uas feem ntau pab txhawb kev sib tham thiab pab teev cov txheej txheem.

Txawm li cas los xij nws kuj tshwm sim, sawv daws kev pom zoo hauv zej zog yog ib yam uas peb xav tau thiab ntshaw nyob hauv zej zog kev cog xyoo ntoo los pab kho cov kev cai piav qhia cov ntsiab lus uas tiv thaiv kev xa cov zaub mov thaum lub sij hawm

txhawb cov hauv kev tsim khoom tshiab uas tiv thaiv ntawm ib puag ncig thiab tsim kom muaj kev nplua nuj hauv zej zog.

Txhua tus neeg ua liaj ua teb muaj lub luag hauj lwm saib xyuas tus txheej txheem ntawv.

### 3. Koom tes nrog txheej txheem kev teeb tsa txoj kev cai

Ib qho uas tseem ceeb thiab muaj nuj nqis uas koj tuaj yeem ua tau los pab tsim txoj kev cai yav tom ntej yog kev koom nrog hauv kev tsim cov txheej txheem teeb tsa txoj cai. Txhua txoj cai tshiab ntawm cov kev cai tau muaj los ntawm cov txheej txheem teeb tsa kev cai uas sawv daws paub txog yam li tus qauv uas suav nrog lub sij hawm pej xeem cov lus tawm tswv yim. Txhua tus neeg cov lus tawm tswv yim dhau los ua ib feem ntawm cov ntaub ntawv ntawm cov txheej txheem teeb tsa txoj cai thiab cov chaw hauj lwm yuav tsum teb cov lus nug no uas yog ib feem ntawm cov txheej txheem thiab piav qhia tias vim li cas lawv tau xaiv los sis tsis tau xaiv los hloov kho txoj cai txhawm rau los daws cov lus tawm tswv yim ntawv. Feem ntau, koj tuaj yeem xa mus rau txoj cai ua tau thov hauv online nrog txoj hauv kev los muab cov ntaub ntawv txhawb nqa, xws li cov ncauj lus tshawb fawb, los sis cov ntaub ntawv khaws tseg xws li cov cov kev tau txais kev ntsuas av los sis dej uas qhia kom pom tias koj cov kev coj ua cov kev nyab xeeb ntawm zaub mov yog ua tau zoo.

Hauv tsoom fwm ntawm lub xeev, txheej txheem teeb tsa txoj cai feem ntau tseem suav nrog ib los sis ntau lub rooj sib tham rau pej xeem. Ib yam li pej xeem cov txheej txheem cov lus tawm tswv yim, cov lus pov thawj muaj nyob rau hauv cov rooj sib tham rau pej xeem los ua ib feem ntawm cov ntaub ntawv khaws tseg uas lub chaw hauj lwm tswj hwm txoj cai yuav tsum tau txiav txim ua ntej ua tiav tsab cai uas tau thov. Cov rooj sib tham pej xeem tuaj yeem muab txoj hauv kev zoo rau koj thiab lwm tus uas tau qhia rau cov neeg ua liaj ua teb kom tau tawm suab nrog. Hmoov tsis zoo, cov chaw ua hauj lwm tswj hwm tsis tas yuav muaj lub rooj sib tham rau pej xeem hauv cov chaw uas nkag mus yooj yim rau txhua cheeb tsam hauv lub xeev. Yog koj paub los ntawm rooj sib tham pej xeem uas koj tsis tuaj yeem tuaj koom tau yam yooj yim ntawm tus kheej, xyuas cov ntawv ceeb toom rooj sib tham pej xeem los sis hu rau lub chaw hauj lwm tswj hwm kom paub tias nws tso cai rau lwm txoj hauv kev txhawm rau muaj feem xyuam, xws li hauv xov tooj, kev sib tham video, los sis sau cov lus pov thawj ua ntej-sau tseg.

Txawm hais tias lub sij hawm ntawm pej xeem lus tawm tswv yim thiab cov rooj sib tham rau pej xeem muaj qhov muaj txiaj ntsig los pab rau hauv cov txheej txheem teeb tsa txoj cai, tsis txhob xav tias koj yuav tsum tau tos kom txog thaum cov txheej txheem teeb tsa txoj cai uas sawv daws paub txog pib qhia koj cov kev xav. Koj tuaj yeem qhia koj cov kev txaus siab rau koj lub xeev los sis tsoom fwm cov neeg sawv cev tsim txoj cai tau txhua lub sij hawm los ntawm tsab ntawv, xov tooj, los sis email, los sis hauv daim ntawv sau cov lus tawm tswv yim hauv online ntawm koj tus neeg sawv cev tus vev xaib. Yog tias koj twb tau tsim kev pom zoo ntawm lwm cov neeg ua liaj ua teb hauv koj lub zej zog, txiav txim siab ua hauj lwm ua ke txhawm rau los tsim cov lus pom ua ke uas koj tuaj yeem xa ua ke mus rau tag nrho koj cov neeg sawv cev tsim kev cai.

Txawm hais tias qee zaum nws tuaj yeem saib zoo li tias cov kev cai lij choj thiab cov kev cai tau tsim nyob hauv ib qho chaw uas tsis muaj dab tsi uas tsis txaus siab rau cov kev nyuaj uas pom tau tiag tau rau txim rau cov neeg sib txawv ntawm cov xwm txheej sib txawv, txoj kev cai raug tsim thiab npaj los ua kom cov txheej txheem tswj hwm kom pom tau tia dawb huv thiab muaj kev koom tes. Tus txheej txheem no tsuas yog ua hauj lwm thaum cov neeg tab tom raug siv txoj cai ntawm lub luag hauj lwm tseem ua. Tawm tsam rov qab los ntawm cov kev nyiam tshwj xeeb thiab cov pab pawg neeg hais thov kev pab rau tsev tsim khoom, cov suab hais txog teeb meem ntawm cov neeg ua liaj ua teb tia npaum li cas, yog hais tias tsis ntau, yog li pua dua yav tas los.

### Cov qauv Kev Nqis Tes Ua Txhawm Rau Mus Lawm Yav Tom Ntej

Ib qho uas peb paub yog qhov sib xyaw ntawm qoob loo-tsiaj txhu ua liaj ua teb los ntawm ntau qhov sib txawv thiab cov qauv. Los ntawm cov neeg cog ntoos noj txiv mus rau cov cog zaub, cov liaj teb uas sib txawv qhia cov tsiaj txhu nyob rau hauv kev sib txawv thiab rau ntau yam. Muaj tseeb, txhua tus neeg ua liaj ua teb txaus siab rau txiaj ntsig ntawm cov quav chim thiab kev txhim kho av uas tuaj yeem tau txais txiaj ntsig los ntawm kev qhia cov tsiaj txhu rau hauv thaj chaw ua qoob loo. Txog qee tus neeg ua liaj ua teb, txawm hais tias, ib qho ntawm cov txiaj ntsig tseem ceeb ntawm cov xa cov tsiaj txhu tsuas yog kev tu huv tom qab sau qoob loo los ntawm kev khaws cov txiv hmab txiv ntoo poob los sis cov qoob loo seem. Cov neeg ua liaj ua teb no saib lub sij hawm muaj nqis uas tau txuag rau ua kom huv thiab kev npaj rau lub caij cog qoob loo tom ntej no, tsis hais txog kev rau quav chiv thiab kev hloov pauv lwm yam zaub tsuas yog siv quav chiv los ntawm lawv cov tsiaj txhu. Lwm tus neeg ua liaj ua teb qhia txog siv quav chiv tsiaj txhu ua ntej sau nrog kev saib ntsia rau cov txiaj ntsig tswj hwm tej kab, suav nrog kev khaws cov txiv ntoo ua poob txhawm rau txo kev ua rau cov tsiaj qus nkag los.

Cov neeg ua liaj ua teb uas sib txawv siv ntau txoj hauv kev los ceev cov tsiaj txhu kom deb ntawm cov qoob loo uas sau tau nyob ntawm seb cov qoob loo muaj feem thiab cov peev txheej muaj rau tus neeg ua liaj ua teb. Cov hauv kev ntawv yuav zoo li txawv heev, piv txwv li, nyob rau lub vaj txiv ntoo uas muaj cov txiv hmab txiv ntoo raug sau los ntawm txhais tes piv rau lub vaj txiv npaws lij (berry) uas siv cav-saulos sis cov kws ua qoob loo tshwj xeeb.

Ua ntej, peb los sib piv thiab piv txwv cov hauv kev txhawm rau sau qoob loo thiab kev cob qhia cov neeg ua hauj lwm hauv ob qhov qauv ntawm lub neej-tiag.<sup>22</sup>

#### Tus Neeg Ua Liaj Ua Teb Alexi Lub Vaj Txiv Ntoo

Tus neeg ua liaj ua teb Alexi yug quab npua, yaj, thiab qaib rau ntawm nws lub vaj txiv ntoo uas nws cog txiv ntoo sib xyaws ntawm cov txiv ev po (apple) uas siv tes-de thiab ntau yam txiv npaws lij (berries). Yog hais kom Alexi piav qhia txog nws cov kev ua hauj lwm kev nyab xeeb ntawm zaub mov tej zaum nws yuav hais tias:

"Kuv pub cov quab npua thiab qaib nkag mus rau hauv cov chaw ua qoob loo nyob rau cov sij hawm uas sib txawv thaum caij cog qoob loo, tab sis tsuas yog tom qab de tag lawm kom khaws cov poob los noj xwb. Kuv siv cov yaj kom noj nroj ncig cov ntug teb, tab sis kuv tsis pub tus yaj nkag mus rau hauv cov chaw ua qoob loo. Kuv ua cov kev ntsuam xyuas tsis tu ncu kom tsis txhob tsuj cov quav chiv thiab kuv qhia kuv cov neeg ua hauj lwm kom siv tus ntaiv tsuj mus tom ib sab (siderail) tsis yog tus ntaiv nce, vim tiaslawv yuav tiaglawv txhais tes rau saum cov theev ntaiv uas raug khau tsuj thaum sij hawm de txiv. Kuv kuj qhia kuv cov neeg ua hauj lwm kom nco txog thiab tsis de cov txiv ntoo uas kis kab mob uas pom tau, tab sis kuv tau sau cov cai cia thiab tsis muaj yam hauv kev khaws cov ntaub ntawv uas sawv daws paub txog. "

Tus neeg ua liaj ua teb Alexi xav paub tias nws cov kev coj puas raws li PSR rau ntawm kev sib koom ua ke ntawm tsiaj txhu nrog kev tsim qoob loo. Tus neeg muaj kev paub yuav hais dab tsi txog Alexi li xwm txheej ntsig rau PSR? Ntawm no yog cov lus teb uas yuav mus tau:

---

<sup>22</sup>Nco tseg: Cov lus piv txwv nyob hauv phau ntawv qhia no yog ua raws li kev xam phaj ntawm cov neeg ua liaj ua teb los ntawm Thaj Chaw Ua Liaj Ua Teb (Farm Commons) thiab Koos Haum Tshawb Fawb Savana (Savanna Institute), tab sis cov npe tau raug hloov los tiv thaiv cov neeg koom nrog kev ceev ntiag tug thiab qee cov ntsiab lus tau ntxiv los sis hloov pauv los txhawb kev sib tham thiab kev nug yam tseem ceeb. Txawm hais tias qhov chaw ua liaj ua teb tiag nyob hauv cov kev piv txwv no raug zam los ntawm FSMA qhov yuav tsum tau ua, cov lus piv txwv yog npaj siab rau kev coj ua thiab kev sib txawv ntawm cov liaj teb txhawm rau ntsuam xyuas cov lus nug cov kev coj ua hauv cov ntsiab lus ntawm FSMA.

"Txawm hais tias Alexi hais tias cov yaj nyob sab nraum cov chaw tsim khoom thiab cov quab npua / pub qaib nyob rau hauv tsuas yog tom qab de, peb tseem qhov tshwm sim tau ntawm kev kis kab mob. Alexi muaj ob yam txiv es pom thiab txiv npaws lij, yog li cov qaib los yog cov quab npua nkag mus rau hauv txhawm rau musk haws noj tom qab uas de txiv npaws lij tag lawm, lawv nyob hauv ua ntej cov txiv cov txiv es pom raug de lawm. Alexi tsis tau hais txog kev siv kev tshwj uas pom tau lis xws li kev xov laj kab uas tuaj yeem ua kom cov quab npua thiab qaib tawm ntawm thaj chaw txiv es pom, yog li tseem yuav muaj qhov thwm sim tau yam tsim nyog uas cov qaib thiab cov quab npua yuav kis kab mob rau cov txiv es paum. Nws zoo li Alexi twb tau xav txog qhov yuav tshwm sim tau vim tias nws tau muab lus qhia rau nws cov neeg ua hauj lwm txog kev yuav ua li cas kom tsis txhob xa cov tsiaj txhu cov quav los ntawm tus ntaiv. Qhov no yog qhov zoo, tab sis Alexi thiab nws cov neeg ua hauj lwm puas tau ua qhov kev ntsuam xyuas uas pom tau no? Nws pab qhia kev ua raws cai tiag kom ua tiav qib no, xws txho chij cov chaw uas muaj teeb meem nrog cov quav. Tsuas muaj txoj kev npaj xwb tsis txaus-Alexi yuav xav kom paub meej tias nws tau qhia nws yam tshwj xeeb rau nws cov neeg ua hauj lwm hauv kev ntsuas kev muaj teeb meem cov quav hauv thaj tsam ntawm kev sau qoob loo, thib, ntxiv rau cov neeg ua hauj lwm kev cob qhia uas nws twb tau piav qhia txog kev siv tus ntaiv lawm. Qhov twg muaj kev tshwm sim tau rau cov kev kis tus kab mob no, Alexi kuj tseem raug sam fwm los ntawm PSR kom "tag nrho cov kev ntsuam xyua yam tsim nyog tshwj xeeb los txheeb xyuas thiab tsis txhob sau" cov txiv es pom uas tshwm sim kis tau tus kab mob. Puas yog qhov kev ntuas pom ntawm cov txiv es pom saum tsob ntoo thiab tsis yog tuav cov theev ntaiv ntawm tus ntaiv uas txau? Peb tsis paub. Kev sib tham thiab sawv daws kev pom zoo nrog lwm cov neeg tsim khoom yog cov kauj ruam tseem ceeb hauv kev tsim nws txoj cai ntawm kev ua hauj lwm kom rov yog dua. Puas muaj lwm tus neeg ua liaj ua teb xav tias qhov no txaus? Cov pov thawj twg hauv lub zej zog pom tau tias qhov no yog kev tiv thaiv nyab xeeb ntawm zaub mov? Alexi kuj yuav tsum ua tib zoo rau siab rau txhua cov kauj ruam ntawm nws thiab ua kom nws ua raws li lwm cov ntsiab lus ntawm PSR, tib yam. "

## Tus Neeg Ua Liaj Ua Teb Sally Lub Vaj Txiv Ntoos

Tus neeg ua liaj ua teb Sally tus quab npua thiab qaib rau nws lub vaj txiv ntoos uas nws cog ntau hom txiv es pom (cider apple), cov txiv kab ntsig maum (mulberries), cov taum, lwm cov ntoos noj txiv suav nrog cov txiv maj coos thiab cov txiv ntoos paws xis moos (persimmons). Ntau yam txiv apple ntawm nws yog raug txuas ceg thiab poob ua ntej yuav tuaj yeem sau cov txiv siav. Yog hais kom Sally piav qhia txog nws cov kev ua hauj lwm kev nyab xeeb ntawm zaub mov tej zaum nws yuav hais tias:

"Kuv siv laj kab ib ntus kom cov tsiaj txhu nyob hauv qhov tsawg li ob feet ntawm txob ntoos tab sis kuv tso cai rau lawv mus yos zaub noj nyob hauv qab tsob ntoos. Kuv sau tag nrho kuv cov vaj txiv pob txiv ntoos uas siv lub tsheb co txiv ntoos los khaws cov txiv uas nws poob.. Kuv cov qoob loos hauv vaj txiv tsis taug tib neeg kov txog thaum lawv tau xa mus rau cov khoom ntim. Kuv tso siab ntau rau kev soj ntsuam thiab qauv huab cua los soj ntsuam seb puas muaj kev phom sij ntawm kev kis kab mob thiab kuv mob siab rau kev soj ntsuam ntawm thaj tsam ib puag ncig zoo. Li cas los xij, muaj ntau ntawm cov laj thawj sib nrug los ntawm kev nyab xeeb ntawm zaub mov vim li cas kuv tsis xav tsuj quab npua li quav chiv. Kuv khaws cov ntawv sau cia thaum cov tsiaj txhu raug tso cai rau thaj chaw qoob loo sib txawv, tab sis kuv tsis muaj tsab cai sau cia piav qhia cov neeg ua hauj lwm ua raws li cov cai tswj kev nyab xeeb ntawm zaub mov yam zoo."

Tus neeg ua liaj ua teb Sally xav paub tias nws cov kev coj ua puas raws li PSR rau ntawm kev sib koom ua ke ntawm tsiaj txhu nrog kev tsim qoob loo. Tus neeg muaj kev paub yuav hais dab tsi txog Sally li xwm txheeb ntsig rau PSR? Ntawm no yog cov lus teb uas yuav mus tau:



"Txawm hais tias Sally yuav cov qoob loo uas raug sau los ntawm lub theb, qhov tseeb tias cov tsiaj txhu tau raug tso cai nyob hauv lub vaj txiv ntoo thiab hauv qab ntoo ua ntej sau qoob loo qhia tau tias muaj kev tshwm sim yam tsim nyog qhov uas cov qaib thiab quab npua yuav kis kab mob rau nws cov qoob loo. Nws tseem muaj kev tshwm sim tau uas cov qoob loo ntawm tau raug kis kab mob los ntawm cov noog los sis lwm cov tsiaj qus. Sally tsis tuaj yeem hla dhau ntawm PSR lub luag hauj lwm los txiav txim siab yog tias muaj qhov ntxim li tsim nyog uas cov tsiaj txhu hauv tsev los sis tsiaj qus tau kis kab mob rau cov qoob loo. Sally hais tias nws tau ua qhov no los ntawm kev saib xyuas huab cua thiab cov xwm txheej thaj chaw, uas yuav zoo txaus los txiav txim siab yog tias muaj kev sib kis tau ua rau nws txoj hauv kev sau qoob loo (piv txwv li, nag los tshoob cov quav khib nyiab los mus rau qhov chaw uas cov cuab yeej sau qoob loo raug siv). Qhov twg muaj qhov tshwm sim tsim nyog, Sally los sis nws cov neeg ua hauj lwm ntsuam xyuas cov khoom lag luam los sis lwm yam kev ntsuas ua ntej los soj ntsuam seb puas muaj kev sib kis? Sally tsis hais, yam tsim nyog. Sally puas tau cob qhia nws cov neeg ua hauj lwm kom paub txog cov khoom tsis huv tom qab sau tas? Nws yog qhov zoo uas Sally khaws cov ntaub ntawv txog thaum muaj cov tsiaj txhu nyob rau ntawm thaj chaw cog qoob loo sib txawv, tab sis nws yuav tsum pib sau cov kev cob qhia cov neeg ua hauj lwm thiab sau cia thaum twg, qhov twg thiab ua li cas rau cov neeg ua hauj lwm txheeb xyuas qhov kev tshwm sim yam tsim nyog ntawm kev sib kis (xws li sau cov txheej txheem kev soj ntsuam huab cua) yog tias nws xav paub FSMA cov ntaub ntawv khaws tseg."

Tam sim no, cia peb tshawb nrhiav kev nqis tes ua lub sij hawm uas zam. Lub sij hawm zam li cas pab tau raws li lub luag hauj lwm ntawm PSR nyob rau cov hauj lwm ua liaj ua teb sib txawv? Ua ntej peb yuav tso rau hauv cov piv txwv, cia saib seb cov neeg ua liaj ua teb tau txiav txim siab li cas rau cob sij hawm zam.

Cov sij hawm zam yog lub sij hawm uas tus neeg ua liaj ua teb tso cai los ntawm kev qhia txog tsiaj txhu thiab kev ua qoob loo. Qee tus neeg ua liaj ua teb, txawm tias raug lees paub tias yog kev ua qoob loo tsis muaj tshuaj txhaum los sis tsis yog, xaiv ua raws li cov lus qhia ntawm Qhoos Kas Qoob Loo Tsis Muaj Tshuaj Txhaum Hauv Teb Chaws (National Organic Program) thiab tsis suav cov tsiaj txhu los ntawm thaj chaw ua qoob loo li ntawm 90 txog 120 hnuv ua ntej sau qoob loo. Lwm tus kuj xaiv ntau txoj kev. Lawv tso siab rau FSMA qhov yuav tsum tau txiav txim siab seb puas yog "kev tshwm sim yam tsim nyog" ntawm kev sib kis, thiab lawv txiav txim siab ntawm lub sij hawm uas zam raws li lawv tus kheej kev paub thiab kev ntsuam xyuas kev phom sij ntawm tus kheej.

Cov neeg ua liaj ua teb cov kev xaiv hais txog cov sij hawm zamzoo li ua rau xav txog yam lawv nyiam ntawm tus qauv ntawm cov cai tswj fwm tshiab. Cov neeg uas nyiam txiav txim siab ntawm ib tus neeg rau lub sij hawm raug tshem tawm yam tsim nyog hais tias lawv muaj kev sib raug zoo nrog cov neeg tswj hwm hauv ib cheeb tsam. Lawv xav tias lawv muaj lub cib fim zoo los kho lawv cov kev coj ua, sib tham kev hloov pauv yog tias tsim nyog, thiab los rau ntau yam kev pom zoo nrog cov neeg sawv cev ntawm lawv lub koos haum. Txawm li cas los xij, lawv txhawj xeeb tias cov kev sib raug zoo no tuaj yeem hloov tau txhua lub sij hawm yog tias, piv txwv li, lawv cov kws tswj hwm hauv zej zog raug hloov kev ua hauj lwm los sis tau txais cov lus qhia tshiab los ntawm cov kev saib xyuas kev tswj hwm. Yog tias txoj cai tshiab tau tsim, cov neeg ua liaj ua teb no xav pom cov cai uas muaj kev ruaj ntseg ntau dua hauv lawv lub peev xwm los ntsuas tus kheej qhov kev phom sij thiab piav qhia cov kev coj ua zaub mov kom nyab xeeb rau lawv txoj hauj lwm.

Qhov tsis sib xws, cov neeg ua liaj ua teb uas xaiv ua raws cov quav qhoos kas ua qoob loo tsis muaj tshuaj txhaum zoo li txaus siab rau qhov kev kwv yees lub sij hawm tau teev yam meej. Lawv yuav xav pom cov cai uas muaj tib qho kev paub tseeb hauv kev ua raws, tab sis lawv kuj hais tawm ntawm qhov kev txhawj xeeb txog qhov kev thwm sim tau ntawm cov cai tshiab yuav raug sau nrog "ib qho loj me haum txhua txoj hauv kev". Cov neeg ua liaj ua teb no xav pom txoj cai raws li

ntawm kev tshawb fawb uas ris dej num rau txhua tus cov kev sib txawv rau thoob plaws cov hauj lwm tsiaj txhu sib koom ua ke, xws li hom qoob loo, hom tsiaj txhu, thaj chaw huab cua thiab av. Lawv kuj tseem xav kom muaj cov kev cai yav tom ntej los txiav txim siab txog qhov cuam tshuam tiag, kev ris dej num rau cov xwm txheej zoo li cov caij cog qoob loo luv luv nyob rau huab cua sab qaum teb, sau cia cov nra hnyav, thiab kev ntsuam xyuas tus nqi-txiaj ntsig uas muaj nqis ntawm dab tsi uas nws yuav siv - tshwj xeeb tshaj yog rau cov liaj teb me – txhawm rau siv cov cai ntawv.

Cia peb saib lwm qhov piv txwv txog lub neej tiag.

Tus Neeg Ua Liaj Ua Teb Sally Lub Vaj Txiv Nto

Cia peb saib lwm lwm qhov txiv txog ntawm tus neeg ua liaj ua teb Sally, uas tus cov quab npua thiab cov qaib rau nws lub vaj txiv nto. Yog nug txog nws txoj hauv kev txhawm rau ncuaj sij hawm cais tawm, Sally yuav hais tias:

"Kuv ntseeg hais tias kev tshawb fawb txog kev txhawb nqa muaj kev nyab xeeb ntawm cov ncuaj sij hawm luv, yog li kuv tsis saib cov ncuaj sij hawm nyuaj-thiab-nrawm thaum hais txog kev qhia tsiaj txhu rau hauv thaj chaw ua qoob loo ua ntej sau qoob loo. Kuv cia cov quab npua nkag mus rau hauv thaj chaw cog nto nyob tag nrho tom qab sau thiab ua ntej sau raws li thaum cov txiv tau poob ntov. Kuv pub qaib nkag mus rau hauv cov chaw cog nto thaum ntov li 30 hnub ua ntej sau qoob loo. Kuv tau muaj kev sib raug zoo nrog kuv tus neeg sawv cev saib xyuas kev cog qoob loo hauv ib cheeb tsam, uas nws tau txaus siab tias kuv cov hauv kev ua qauv zoo rau kev ua kom nyab xeeb ntawm zaub mov. Yog tias kuv yuav tsum tau ua raws li 90-hnub ntawm sij hawm zam, tej zaum kuv xav kom hloov tag nrho cov hom qoob loos txiv hmab cov txiv nto. "

Tus neeg muaj kev paub yuav hais dab tsi txog Sally txoj hauv kev txhawm rau cov ncuaj sij hawm zam? Ntawm no yog cov lus teb uas yuav mus tau:

"Raws li nws nyob tam sim no, Txoj Cai Kev Nyab Xeeb Ntawm Kev Tsim Khoom Tawm tsis xav tau lub sij hawm zam twg nyob rau sij hawm nruab nrab ntawm kev rau cov quav chiv nyoos thiab kev sau qoob loo, tsuav tias cov quav chiv tsis los nrog cov khoom thaum lub sij hawm 'kev rau quav chiv' thiab tus neeg ua liaj ua teb siv cov kauj ruam kom txo tau txoj kev phom sij ntawm kev los tom qab sau qoob loo. Tab sis qhov ntawv tsis txhais tau hais tias tsis muaj kev thwm sim yam tsim nyog tias nws cov tsiaj txhu yuav ua rau nws cov qoob loo tsis huv. Txawm hais tias Sally cov kev coj ua tau raws li PSR qhov xav tau tej zaum kuj yog nyob ntawm qhov ntsuas nws coj los ntsuam xyuas thiab txheeb xyuas cov khoom tsim tawm uas tsis huv yam yuav tshwm sim tau ua ntej sau qoob loo thiab cov kauj ruam uas nws yuav ua kom tsis txhob muaj qhov tsis huv tom qab sau qoob loo."

CSA ntawm Tus Neeg Ua Liaj Ua Teb June

Tus neeg ua liaj ua teb June tus yaj thiab ua tiav cov CSA uas tsom ntsoov rau kev cog Zaub. Nws ua mus los tas li ntawm kev yug nws cov yaj kom noj tej nplauj uas npog cov qoob loo thiab rau chiv rau cov qoob loo rau thaum sau qoob loo. Yog nws nug txog nws txoj hauv kev nyab xeeb ntawm zaub mov, tus neeg ua liaj ua teb yuav hais tias:

"Kuv tsis muaj ntawv pov thawj ua qoob loo tsis muaj tshuaj txhaum (organic), tab sis kuv ua raws daim Qhoos Kas Kev Ua Qoob Loo Tsis Muaj Tshuaj Txhaum Hauv Teb Chaws (National Organic Program) li 90 txog 120-hnub ntawm cov ncuaj sij hawm zam vim kuv ntseeg tias kuv cov neeg siv khoom pom txiaj ntsig kev paub tias kuv ua raws li cov qauv ua qoob loo tsis muaj tshuaj txhaum (organic).

Kuv siv duab qhia nrog cov ntaub ntawv av nrog rau cov duab yees saum huab cua los txheeb xyuas cov liaj teb sib txawv thiab kuv khaws cov ntawv sau cia thaum cov yaj tau mus los rau thaj chaw sib txawv thiab thaum cov qoob loo tau sau los ntawm txhua daim teb. Kuv tsis muaj ib tsab ntawv sau cov neeg ua hauj lwm txoj cai, tab sis kuv hais tiag rau cov neeg ua hauj lwm hloov khau rau thaj tsam tu tsiaj thiab thaj chaw qoob loo thiab kuv muaj cov rooj sib tham ntawm neeg ua hauj lwm txhua lub lim tiam los tham txog kev cov phiaj xwm kev tu tsiaj mus los thiab kev sau qoob loo. "

Tus neeg ua liaj ua teb June xav paub tias nws cov kev coj ua puas raws li PSR rau ntawm kev sib koom ua ke ntawm tsiaj txhu nrog kev tsim qoob loo. Tus neeg muaj kev paub yuav hais dab tsi txog June li xwm txheej ntsig rau PSR? Ntawm no yog cov lus teb uas yuav mus tau:

"FDA pom txog Qhoos Kas Kev Ua Qoob Loo Tsis Muaj Tshuaj Txhaum Hauv Teb Chaws (National Organic Program) cov ncuaj sij hawm zam yam li'kauj ruam ceev faj' rau kev txo cov kev phom sij ntawm kev ua tsis huv, yog li June qhov kev txiav txim siab ua raws li cov kev cai tej zaum yuav pab nrog kev ua tau raws li PSR cov qauv. Sau cov ntaub ntawv thaum nws cov yaj mus los ntawm cov chaw sib txawv yog qhov kev coj ua zoo, tab sis peb tsis paub tseeb tias FDA tau hais tias nws 'tsis pom zoo' rau cov neeg ua liaj ua teb ua raws li NOP cov cai kuj txhais tau tias FDA xav tias tsis muaj qhov kev tshwm sim yam tsim nyog tias tsiaj txhu yuav ua kom cov khoom tsis huv yog tias ua raws NOP cov qauv. Txhawm rau ntseeg siab ntxiv txog seb June cov kev coj ua raws li Txoj Cai Kev Nyab Xeeb Ntawm Kev Tsim Khoom Tawm, nws yuav pab kom paub lwm yam ntxiv uas nws ua txhawm rau kev tshuaj xyuas cov khoom uas tsis huvua ntej sau qoob loo thiab kom tsis txo cov kev phom sij tom qab sau qoob loo. Nyob rau ncuaj luv, lub ncuaj sij hawm zam tsis zam rau June txog lub luag hauj lwm kom ua raws PSR qhov qauv yuav tsum tau ua los ntsuas qhov kev tshwm sim yam ntsig tsim nyog ntawm kev ua tsis huv thiab tsis sau qoob loo uas ntxim li yuav tshwm sim yam tsim nyog ntawm kev ua tsis huv. June tseem yuav xav txog kev ua hauj lwm nrog zej zog ntawm cov neeg tshawb fawb txog kev ua liaj ua teb los teeb tsa cov ncuaj sij hawm zam los ua kom tiav lub hom phiaj uas xav ua kom txo kev phom sij ntawm kev ua tsis huv. June yuav ua hauj lwm sib koom tes thiab ua hauj lwm ntawm sawv daws kev pom zoo nrog lwm tus neeg ua liaj ua teb seb lub sij hawm 90-hnub puas yog ib lub hom phiaj ntawm txoj cai uas tsim nyog. Txog rau yam txuas ntxiv lwm cov neeg ua liaj ua teb puas pom tias 90-hnub ntawm lub sij hawm yog kev ua tau zoo thiab tsim nyog rau lawv cov hauj lwm? Sawv daws kev pom zoo hauv zej zog thaum pib tuaj yeem pab txhawb kev tswj hwm yam tsis tu ncuaj. Thaum kawg, thaum FSMA tsis xav kom cov neeg ua liaj ua teb muaj cov neeg ua hauj lwm txoj cai uas sawv daws paub txog, ib yam li phau qauv ntawv ntawm cov neeg ua hauj lwm, June yuav tsum ua kom paub tseeb tias nws tab tom muab ib yam rau cov neeg ua hauj lwm ntawm kev cob qhia txog kev nyab xeeb ntawm zaub mov uas xav kom ua raws li PSR, thiab nws yuav tsum khaws cov ntaub ntawv txog cov kev cob qhia."

Qee tus neeg ua liaj ua teb tau siv ntau lub tswv yim los tiv thaiv kev nyab xeeb ntawm zaub mov: xov laj kab, cov ncuaj sij hawm kev zam, thiab kev npaj tswv yim tseeb meej. Cia peb kawm txog ib qho piv txwv ntawm lub neej tiag seb peb yuav ua li cas ntxiv txhawb nqa cov kev coj ua zoo nrog kev khaws cia zoo.

Tus Neeg Ua Liaj Ua Teb April Kev Npaj Ntawv Kev Ua Liaj Teb Ruaj Ntseg

Tus neeg ua liaj ua teb tus quab npua thiab qaib rau nws qhov chaw ua liaj ua teb ruaj ntseg uas nws cog cov txiv ntoo thiab zaub rau CSA thiab tsev muag khom tshav puam. Yog nws nug txog nws txoj hauv kev nyab xeeb ntawm zaub mov, April yuav hais tias:

"Kuv tsis muaj kev lees paub txog kev ua liaj ua teb tsis muaj tshuaj txhaum (organic), tab sis kuv soj ntsuam cov ncuaj sij hawm zam natwm Qhoos Kas Kev Ua Liaj Ua Teb Tsis Muaj Tshuaj Txhaum Hauv Teb Chaws (National Organic Program). Kuv cov txiv hmob txiv ntoo cog tau siav thaum lub sij hawm sib txawv thiab tau cog rau hauv kab ua ntu zus siav raws li lawv cov caij nyooq.

Kuv cia cov quab npua thiab qaib khag mus rau hauv cov kab ua teb ua ntej sau qoob loo, tab sis tsis pub tsawg dua 90 hnuv ua ntej cov txiv ntoo hauv txhua kab txiv ntoo siav. Cov kab uas yuav siav nyob rau hauv tsawg dua 90 hnuv raug xov laj kab faib ua ib ntus. Thaum lub sij hawm sau qoob loo, Kuv ntsuam xyuas txiv hmab txiv ntoo rau cov pov thawj uas muaj tshwm sim muaj qhov tsis huv. Tom qab sau cov qoob loo kawg, Kuv tso cov quab npua nkag mus khaws cov txiv poob noj, tom qab ntawv ces yog tso cov qaib los pab raub cov quav npua. Kuv tseem cia cov quab npua thiab qaib nkag mus rau hauv vaj zaub chaw ua lag luam, tab sis tsuas yog tom qab sau qoob loo los txhawm rau mus khaws cov qoob loo seem. Thaum lub caij cog qoob loo, cov vaj zaub ua lag luam raug muab xov los ntawm cov txiav ntoo thaiv quav npua thiab cov hlua hluav taws xob thaiv qaib. Kuv tau kawm FSMA kev cob qhia thiab kuv tau ceev faj heev txog kev nyab xeeb ntawm zauv mov, nrog rau kev hloov khau ntawm cov kev ua hauj lwm nrog tsiaj txhu thiab qoob loo. Kuv tsis muaj neeg ua hauj lwm, yog li kuv tsis tau teev cov ntaub ntawv uas teev tseg txog kev nyab xeeb ntawm zauv mov uas sawv daws paub txog thiab kev tswj quav chiv. Kuv cov txiv cov qoob loo siav nyob rau tib lub sij hawm txhua xyoo, yog li kuv tso siab yam tshwj xeeb raws li daim phiaj qhia cov hnuv tim los mus txiav txim siab seb thaum twg yuav tsis tshwj cov tsiaj txhu tawm ntawm cov kab nyob hauv thaj teb thiab kuv tsis khaws cov ntawv sau txog lub caij nyoog-tiaj txog cov kev yug tsiaj txhu mus los los sis cov hnuv sau qoob loo.”

Tus neeg ua liaj ua teb April xav paub tias nws cov kev coj ua puas raws li PSR rau ntawm kev sib koom ua ke ntawm tsiaj txhu nrog kev tsim qoob loo. Tus neeg muaj kev paub yuav hais dab tsi txog April li xwm txheej ntsig rau PSR? Ntawm no yog cov lus teb uas yuav mus tau:

“Ib yam li tus neeg ua liaj ua teb June cov xwm txheej, April qhov kev txiav txim siab ua raws li cov qauv ntawm Qhoos Ka Ua Liaj Ua Tev Tsis Muaj Tshuaj Txhaum (National Organic Program) tej zaum yuav yog ib qhov zoo rau kev ua kom raws li Txoj Cai Kev Nyab Xeeb Ntawm Kev Tsim Tam. Tab sis, ib zaug ntxiv, ib leeg xwb yuav tsis txiav txim tau qhov kev tshwm sim yam tsim nyog uas nws cov tsiaj txhu yuav ua rau nws cov khoom tsis huv. Nws yuav tsum tau txiav txim siab tham nrog lwm cov neeg ua liaj ua teb thiab cov neeg tawm tswv yim, nrog rau cov kws tshawb nrhiav los ua kom muaj kev pom zoo nyob rau ntawm 90-hnuv ntawm ncuva sij hawm zam uas pom tau tias muaj qhov cuam tshuam thia muaj txiaj ntsig rau kev ua liaj ua teb. Ua tib zoo saib April cov kev coj ua txhua yam, txawm li cas los xij, peb paub tias nws tseem siv laj kab ib ntus thiab must as li lo tshwj cov tsiaj txhu thaum caij cog qoob loo, thiab hais tias nws tau kuaj pom txhua yam ntawm nws cov khoom ua ntej sau qoob loo. Saib ntawm nws cov kev coj ua tag nrho, tej zaum peb kuj hais tau tias txawm tias muaj qhov tshwm sim tsim nyog ntawm cov tsiaj txhu kev ua tsis huv rau nws cov khoom, nws siv kev ntsuam xyuas yam tsim nyog los txheeb xyuas thiab zam kom tsis txhob sau qoob loo uas yuav muaj qhov tsis huv. Yog tias April xav ua cov kauj ruam tshwj xeeb ntxiv los sim ua tus neeg ua raws li PSR tiag, nws yuav tsum pib sau cov ntaub ntawv ceev tseg txog thaum nws tso cov tsiaj txhu rau tom teb sib txawv thiab thaum nws sau txhua daim liaj teb, zoo dua qhov ua raws cov caij nyoog hnuv tim hauv daim ntawm qhia.”

Tam sim no, cia peb tshawb nrhiav cov kev coj ua ntawm kev ua liaj ua teb sib txawv uas xaiv cov hauv kev uas hloov mus los tau. Yuav ua li cas kev hloov mus los thiaj raug pov hwm hauv cov kev txwv raws li PSR lub luag hauj lwm?

Tus Neeg Ua Liaj Ua Teb August thiab May Cov Vaj Txiv Ntoo

August thiab May tus cov quab npua, qaib, thiab yaj ntawm thaj teb txiv ntoo uas muaj npe nrov uas tsim cov txiv es pom hauj lwm muag hauv khw thiab khw muag khoom, thiab cov txiv hmab txiv ntoo rau cov ua liaj ua teb thiab muag rau lwm uas siv tes-de rau cov khw muag khoom tshav puam thiab hauv tsev. Xws lis cov txiv es pom ua cawv yog cov khoom tsim tawm tom-teb thiab muag rau cov neeg ua cawv ntawm lwm lub zej zog. Yog nug txog nkawv toj hauv kev nyab xeeb ntawm zauv mov, August thiab May yuav hais tias:

"Ib puag ncig ntawm peb lub chaw ua liaj ua teb raug xov laj kab thaiv mos lwj txhawm rau los thaiv cov tsiaj qus nrog tus laj kab theem ob nyob sab hauv uas tsim lub vaj zaub ncig cia rau cov tsiaj txhawm rau kev tshais ntawm ib lub vaj zaub mus rau lwm lub kom tsis txhob hla ntawm lwm qhov chaw uas tsim khoom tawm. Peb tsis yug tsiaj raws li txoj kev yug tsiaj uas sawv daws paub txog, tab sis peb hloov yug cov quab npua raws li qhov xav tau thaum lub caij cog qoob loo txhawm rau los khaws noj cov txiv uas poob. Qee lub sij hawm peb tso cov qaib mus noj lawv qab cov quab npua, tab sis tsis yog tas li. Cov vaj txiv ntoo sib txawv yuav pom muaj cov tsiaj txhu tso nyob rau hauv yam sib txawv xyoo. Tsis yog txhua lub vaj yuav pom muaj cov tsiaj txhu hauv ib lub xyoo twg. Thaum tsiaj txhu raug tsog rau hauv cov vaj txiv ntoo, cov txiv ntoo yuav raug zam li ntawm tsawg kawg ob peb lub lis tiam ua ntej sau qoob loo. Qee zaum peb tso cov yaj rau cov vaj txiv ntoo, tab sis peb tsuas yog tso ib pab yaj tsawg tsawg rau lub sij hawm luv luv thaum peb txuas ntxiv ua qoob loo yuav ua li cas ceev kom lawv tsis txhob nkag mus noj tsob ntoo. Feem ntau ntawm cov sij hawm, peb kev yug cov tsiaj txhu mus los hauv cov vaj zaub ua muaj tseg, zoo dua li yug rau hauv thaj chaws ua qoob loo. Peb khaws cov ntaub ntawv hais txog peb kev yug cov tsiaj txhu mus los thiab cov hnuv sau qoob loo, tab sis peb tsis tau xav tias yuav tsum npaj cov phiaj xwm npaj rau kev tsiaj txhu thiab kev tswj cov quav chiv uas sawv daws paub txog vim tias peb tau muaj kev sib raug zoo nrog peb tus neeg saib xyuas kev cog qoob loo hauv zos. Peb yuav tau los npaj cov phiaj xwm tswv yim nrog cov kev cai uas piav qhia meej thiab cov kev zam, tab sis peb kuj ntseeg tias txhua txoj cai tshiab yuav tsum cia rau cov neeg ua liaj ua teb tsim kho lawv cov kev coj ua hauj lwm zoo tshaj plaws raws li cov xwm txheej tshwj xeeb ntawm ib tus neeg ua liaj ua teb. Peb tau sau tiag txog cov kev cai nyab xeeb ntawm zaub mov rau cov neeg ua hauj lwm rau kev sau qoob loo thiab cov hauj lwm yuav los muag dua, yog tias tau khaws cov ntaub ntawv ntawm kev coj qhia rau cov neeg ua hauj lwm tshiab thiab cov rov qab tuaj ua dua".

August thiab May xav paub tias nkawv cov kev coj ua puas raws li PSR rau ntawm kev sib koom ua ke ntawm tsiaj txhu nrog kev tsim qoob loo. Tus neeg muaj kev paub yuav hais dab tsi txog nkawv li xwm txheej ntsig rau PSR? Ntawm no yog cov lus teb uas yuav mus tau:

"August thiab May tau siv ntau txoj hauv kev sib txawv los txo qhov tshwm sim kev ua tsis huv ntawm tag nrho cov tsiaj qus thiab tsiaj txhu. Vim hais tias mkawv cog qoob loo ntoo, quav chiv los ntawm nkawv cov tsiaj txhu feem zoo li yuav tsis lo rau cov khoom tsim tawm ua ntej sau qoob loo, txhais tau tias FSMA tsis tas yuav muaj lub sij hawm zam nyob rau sij hawm nruab nrab ntawm cov hauj lwm kev rau quav chiv thiab kev sau qoob loo. Ib yam li neeg ua liaj ua teb Sally, txawm hais tias, ua tau raws li cov cai tsis muaj ncuu sij hawm zam tsis tau txhais tau tias tsis muaj qhov tsim nyog uas lawv cov tsiaj txhu yuav ua rau cov qoob loo tsis huv. Peb tsis paub tias August thiab May yuav siv dab tsi los soj ntsuam cov khoom txhawm rau kom paub txog qhov tshwm sim kev ua tsis huv ua ntej sau qoob los yog cov kauj ruam twg nkawv coj los siv thaum sau qoob loo kom tsis txhob muaj qhov tsis huv ntawm cov chaws ua muaj tsiaj nyob. Nws yog ib qho uas zoo tias August thiab May tau sau cov cai tswj fwm kev nyab xeeb ntawm zaub mov, cov ntaub ntawv hais txog kev cob qhia cov neeg ua hauj lwm, thiab cov ntaub ntawv hais txog cov kev yug tsiaj txhu thiab cov hnuv sau qoob loo. Nws yuav zoo dua yog tias lawv tseem khaws cov ntaub ntawv hais txog kev ntsuam xyuas ua ntej sau qoob loo rau kev tshwm sim ua kev tsis huv thiab yog tias peb paub cov kauj ruam dab tsi ntawm nkawv coj los txo qhov kev phom sij ntawm kev lo nrog cov quav tsiaj txhu tom qab sau qoob loo."

Raws li peb tuaj yeem pom los ntawm cov piv txwv ntawm lub neej tiag tiag, muaj ntau yam ntawm tag nrho cov kev coj ua ib txwm thiab kev sib txawv ntawm txoj kev sib txawv ntawm cov ua liaj ua teb kev tswj kev nyab xeeb ntawm zaub mov rau kev sib koom ua ke ntawm tsiaj txhu. Txawm li cas lo xij, nrog txhua qhov sib txawv ntawm kev ua hauj lwm ntawm kev ua liaj ua teb, kev tswj hwm ntawm tsiaj txhu, thiab cov xeeb ceem ntawm cov kev cai yav tom ntej, nws yog qhov ncaj ncees los nug seb ib lub zej zog ntawm cov neeg ua liaj ua teb tuaj yeem los tawm lus pom tiag txog kev txhawb nqa li ca rau txheej txheem kev teeb tsa txoj cai. Tsis txhob tag kev cia siab. Zoo dua qhov ua qhov chaw khuam siab rau kev pom zoo, nws yog

cov kev sib txawv heev uas tuaj yeem pab piav qhia lub luag hauj lwm txhawb nqa uas tuaj yeem lees txais yam dav fo ntawm cov neeg ua liaj ua teb sib koom ua ke ntawm qoob loo-tsiaj txhu ntawm txhua kab kev. Tseem muaj qhov xav tau pov thawj tiag tiag tias cov kev coj ua ntwm neeg ua liaj ua teb txhawb nqa lub hom phiaj ntawm PSR uas pom tau los ntawm kev tshwm sim ua tau poob qis ntawm kev ua tsis huv. Tshwj xeeb nrog rau cov ncuu sij hawm uas zam, cov cai ua qoob loo tsis muaj tshuaj txhaum (organic) yog qhov ua tsis tau zoo tab sis xav tau kev txhawb nqa kev kawm. Kev tawm tswv yim ua ke tuaj yeem pab txhim kho cov pov thawj uas xav tau los tsim kev nyab xeeb ntawm cov kev coj ua ntawm neeg ua liaj ua teb. Sai npaum li cas ntawm qhov pib kev sib tham, ces kev npaj tau zoo hauv koj lub zej zog yuav los ua lub luag hauj lwm hauv muaj nqis rau hauv txheej txheem teeb tsa txoj cai tswj fwm.

## Lus Xaus

Txawm hais tias koj lub lag luam raug rau FSMA PSR, ua raws li FSMA cov tseev kom muaj thiab cov qauv hais txog cov tsiaj txhu yuav kom nuaj kev tiv thaiv kho seb ke muaj mob los ntawm zaub mov puas yuav kis rau koj daim liaj teb. Qhov tseem ceeb, thaum muab kev koom ua ke ntawm tsiaj txhu nrog cog qoob loo, FSMA xav kom cov neeg ua liaj ua teb siv cov kauj ruam yam tsim nyog los txo cov kev phom sij. Qhov ntawv txhais tau tias siv kev paub ib txwm thiab ua raws li kev ua liaj ua teb zoo suav nrog kev ua raws li FSMA txoj cai tias qhov twg tsim nyog los sis xav tau txoj cai. Khaws cov ntaub ntawv sau cia tias yuav ua li cas thiab thaum twg uas cov kev ntsuam xyuas zaub mov no thiab lwm yam raug siv los pab cov neeg ua liaj ua teb teeb tsa cov hauv kev rau hauv thaj chaw txhawm rau los txhawb thiab lees paub qhov kev nqis tes ua. Ib qho ntxiv, cov ntaub ntawv yuav pab txhawb tus neeg ua liaj ua teb yog tias muaj mob rau ntawm cov zaub mov kis rau hauv daim liaj teb. Tus neeg ua liaj ua teb uas ua raws txoj cai tab sis tsis muaj dab tsi los ua pov thawj, tshuav tsawg rau kev tiv thaiv hauv tsev hais plaub. Kev tshawb nrhiav kev xaiv kev pov hwm rau kev saib xyuas uas cuam tshuam kev muaj mob ntawm zaub mov yog lwm txoj kev uas cov neeg ua liaj ua teb tuaj yeem txo kev ris kev phom sij kev nyab xeeb ntawm zaub mov.

Thaum kawg, nco ntsoov tias koj thiab koj cov neeg hauv zej zog muaj cai tawm suab hais txog kev teeb tsa cov cai uas qhia txog koj cov coj ua kev nyab xeeb ntawm cov zaub mov. Tsim ib lub phiaj xwm kom muaj kev sib tham nrog koj tus neeg tswj hwm, koom nrog hauv cov txheej txheem teeb tsa txoj cai tswj fwm thiab, tseem ceeb tshaj, khaws kev sib tham txog cov neeg ua liaj ua teb hauv koj lub zej zog.



## Puas yog Txoj CAI TSIM KHOOM siv rau kuv daim teb?

Pib ntawm no: koj cov hauv lwm puas yog

cog, sau, ntim, los sis tuav cia "khoom tsim tawm"? (saib nploog ntawv.6 txhawm rau cov cov ntsiab lus ntawm cov khoom tsim tawm)

**YOG**

Txoj CAI TSIM KHOOM siv tau tab sis kev zam los sis txoj cai hloov kho yuav muaj. *Hais ntxiv*

TSIS YOG

Txoj CAI TSIM KHOOM tsis siv rau koj. Tab sis koj yuav raug ua raws TXOJ CAI TSWJ HWM KEV TIV THAIV. *Hais ntxiv rau nploog ntawv tom ntej.*

- Puas yog koj khwv tau tag nrho li \$ 25K los sis tsawg dua toj ib xyoo nyob rau hauv tag nrho cov khoom lag luam muag (thaj tsam thoob plaws 3 xyoo)?
- Puas yog koj cog / sau / ntim / tuav cia cov khoom lag luam uas tsis tshua tau noj nyooos (ua ntej teb saib daim ntawv teev txhua yam ntawm ntawm nploog ntawv. 6)?
- Puas yog koj cog / sau / ntim / tuav cov khoom tsuas yog rau tus kheej / raukev siv tom-teb?
- Puas yog koj cog / sau / ntim / tuav cov khoom lag luam uas tau npaj rau kev ua lag luam?

*Yog tias koj tuaj yeem teb "yog" rau ib qho ntawm cov lus nug, ua raws li sab YOG. Yog tias lo lus teb yog "tsis yog" rau txhua cov lus nug, ua raws li sab TSIS YOGJ.*

**YOG**

**TSIS YOG**

Koj tsis tas yuav ua raws li cov txoj CAI TSIM KHOOM. Nyob rau tib lub sijhawm, koj yuav tsum khaws tag nrho cov ntaub ntawv sau tseg kom koj ntsib cov kev xaiv zam sab sau. *Hais ntxiv hauv qab no.*

Koj tsim nyog rau **Kev Zam Ua Tsim Nyog**, uas cuam tshuam nrog:

- *Dai ntawm qhia:* Yog tias koj cov khoom lag luam xav tau daim ntawv qhia rau khoom ntim, daim ntawv lo yuav tsum sau tus tswv ua liaj ua teb lub npe & chaw nyob kom tiav. Rau cov khoom lag luam uas tsis muaj daim ntawv lo, koj yuav tsum qhia meej ntawm cov ntaub ntawv no ntawm txhua qhov chaw ntawm kev muag khoom.
- *Kev Khaws:* Koj yuav tsum khaws cov ntaub ntawv muaj pov thawj los ua pov thawj tias koj ua tau raws li qhov yuav tsum tau ua ntawm kev zam tsim nyog.
- *Kev Siv Kev Cai Lij Choj:* Yog tias muaj xwm txheej cuam tshuam nrog koj cov liaj teb, tseem muaj cai taug kom zoo.
- *Kev Thim ntawm Kev Zam:* FDA tuaj yeem tshem tawm koj qhov xwm txheej kev zam yam tsim nyog – tom qab muab ntawv ceeb toom thiab muaj lub cib fim los txhim kho – yog tias muaj kev muaj mob rau zaub mov ncaj qha rau koj thaj teb los sis laaw paub txog cov xwm txheej tsis nyab xeeb / kev coj ua. Nws tuaj yeem rov tso rau tom qab.

**Cov Hnub Ua Raws Kev Zam Uas Tsim Nyog:**

- *Daim ntawm qhia:* Yog tias yuav tsum tau lo cov ntawv lo, koj yuav tsum ua raws lub npe & chaw nyob uas yuav tsum tau ua txij li Lub Ib Hlis hnub tim 1, 2020. Tsis li ntawv ce, ua raws li ntawm uas muaj (mus cuag cov neeg tshwj hwm).
- *Kev Khaws:* FDA xav kom koj khaws cov ntaub ntawv muag khoom raws li hnub ntawm txoj cai txij Lub Ib Hlis hnub tim 26, 2016 Koj yuav tsum ua qhov kev ntsuam xyuas txhua xyoo thiab kev kuaj xyuas qhov kawg ntawm txhua lub xyoo los ua kom pov tias koj ua tau raws li qhov zam uas tsim nyog.

Txhua tus neeg ua liaj ua teb tseem ua raws li txoj kev cai lij choj losmuag tej zaub mov zoo huv si raws li ntau tsab cai ntawm tsoom hwm thiab lub xeev. Ntxiv thiab, cov zaub mov zoo yog qhov koj cov neeg yuav zaub xav tau!

*Txo koj txoj kev phom sij ntawm kev lav phib xaub tag nrho los ntawm kev kawm paub thiab ua raws li TXOJ CAI TSIM KHOOM cov qauv thiab cov tseev kom muaj, nrog rau kev lees txais cov phiaj xwm kev nyab xeeb ntawm zaub mov.*

1. Puas yog koj puas khwv tau tag nrho tsawg dua \$ 500K / xyoo hauv cov kev muag khoom noj? **THIAB**
2. Puas yog ntau dua 50% ntawm tus nqi ntawm cov muag rau "cov neeg siv kawg nkaus uas raug tso cai"?  
Tus "neeg siv kawg nkaus uas tsim nyog" yog:
  - » Tus neeg tau txais khoom noj (tsis yog kev lag luam) los sis
  - » Ib lub tsev noj mov los sis kev teeb tsa kev yuav khoom los muag dua uas tsim nyob hauv tib lub xeev xws lis daim liaj teb los sis nyob hauv 275 mais.

*Yog tias koj teb "yog" rau TAG NRHO 1 thiab 2, ua raws li YOG.*

*Yog lo lus teb yog "tsis yog" rau ib qho twg, ua raws li TSIS YOG.*

**YOG**

**TSIS YOG**

Koj Tsis Muaj Kev Zam Txim. Koj yuav tsum ua raws li Tag Nrho TXOJ CAI TSIM KHOOM uas yog cov qauv rau cov nram qab no:

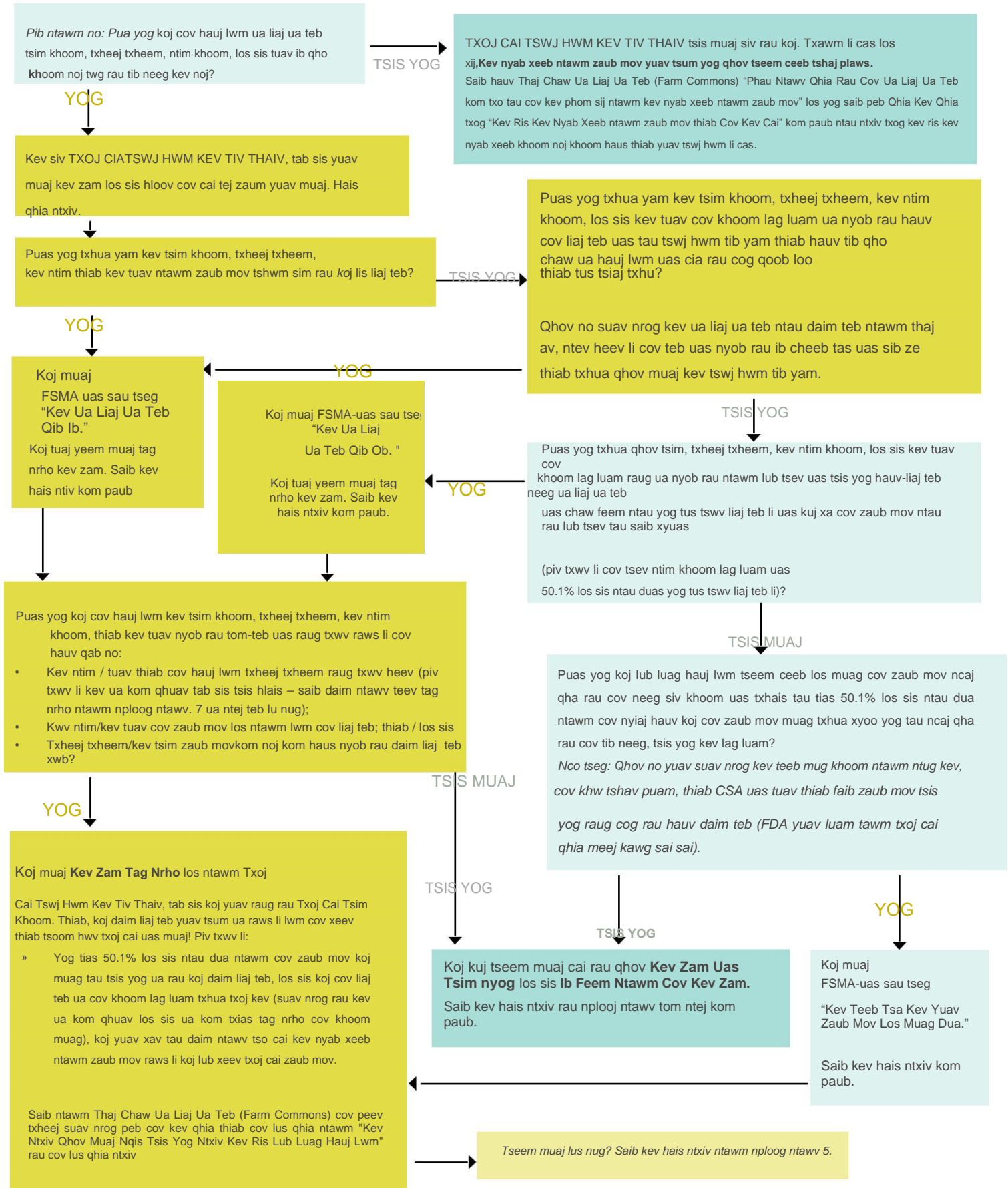
- Dej siv ua liaj ua teb(ua kwj deg, ywg)
- Cov kev tsim kho av (quav chiv, chiv nploog lwg)
- Cov tsiaj txhu thiab tsiaj qus Cov neeg ua hauv lwm
- Kev cob qhia thiab tso cai rau cov neeg ua hauv lwm, thiab kev noj qab haus huv thiab ua kev nyiam huv
- Khoom siv, cov cuab yeej, thiab kev tsim kev nyob huv si.
- Kev Tsim Kho

**Cov Hnub Ib Txw Ua Raws:**

- *Cov Liaj Teb Me Me:* Yog tias koj tau \$ 250k los sis tsawg dua / xyoo hauv txhua yam khoom lag luam (li 3 xyoo), koj yuav tsum ua raws li Lub Ib Hlis hnub tim 26, 2020.
- *Cov Liaj Teb Me:* Yog tias koj khwv tau \$ 500k los sis tsawg dua rau ib xyoo txhua cov khoom lag luam (li 3 xyoo), koj yuav tsum ua raws li Lub Ib Hlis hnub tim 26, 2019.
- *Txuas tus neeg ntxiv:* Txog Lub Ib Hlis hnub tim 26, 2018.
- *Kev Ntsuas Dej Siv Ua Liaj Ua Teb:* Koj muaj 2 xyoo ntxiv rau kev ua raws.
- *Cov Kev Tsim Kho:* 1 xyoo tsawg rau kev ua raws.

Hais ntxiv rau nploog ntawv tom ntej los txiav txim siab yog tias TXOJ CAI TSWJ HWM KEV TIV THAIV tau muab los siv.

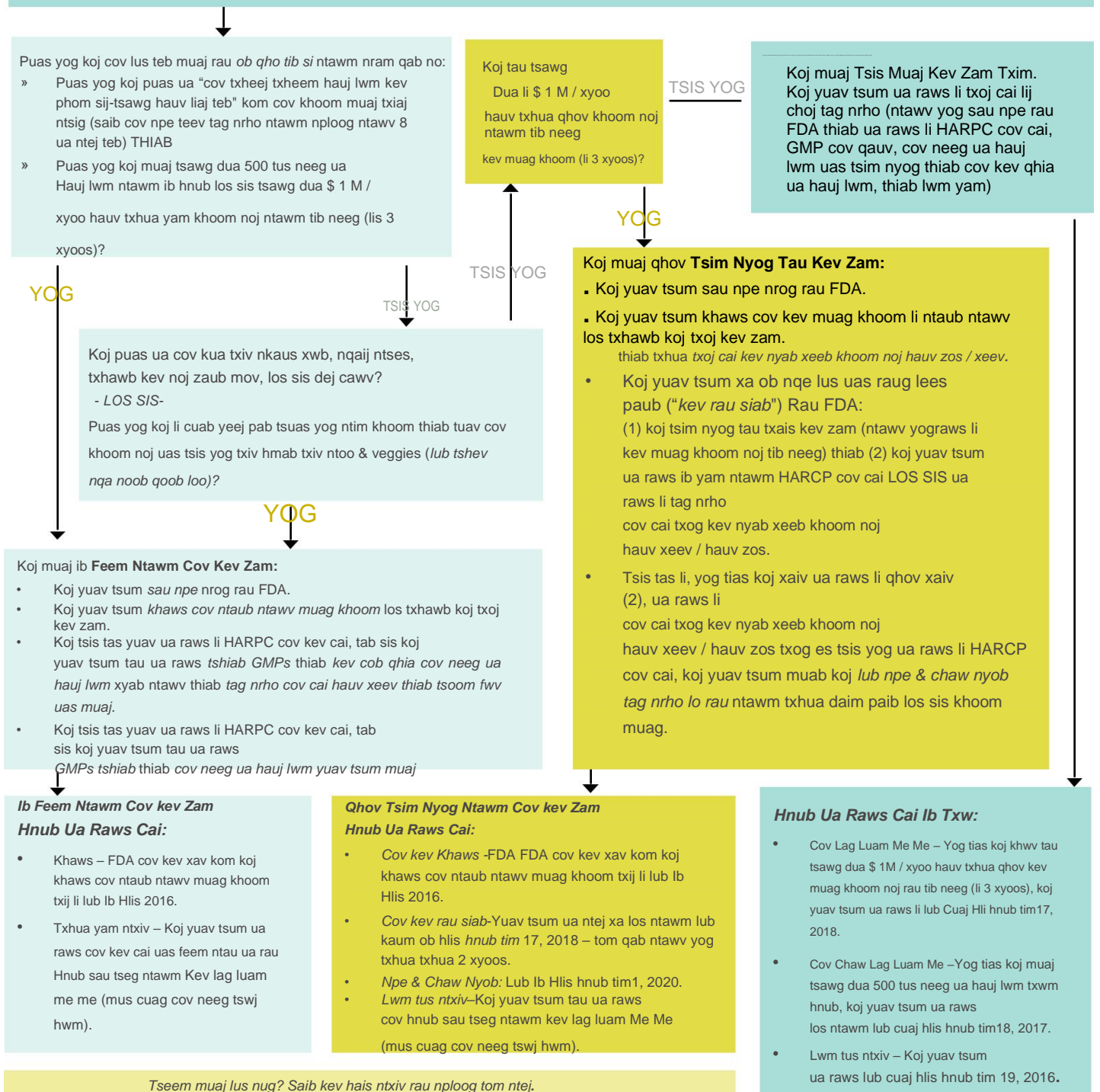
## Puas yog txoj CAI TSWJ HWM KEV TIV THAIV muab los siv rau kuv daim teb?



Puas yog Txoj CAI TSWJ HWM KEV TIV THAIV muab los siv rau kuv daim teb (txuas ntxiv)?

Yog tias koj tau los txog ntawm no, koj muaj FSMA-uas sau tseg “Hom Cuab Yeej Pab Kev Ua Liaj Teb-Sib Xyaws.” Koj yuav tsum tau ua raws li txhua los sis qee feem ntawm TXOJ CAI TSWJ KEV TIV THAIV. Hauv cov lus xaus, txoj cai no:

- Hloov kho tshiab thiab xav tau cov cuab yeej los ua raws *kev ua hauj lwm zoo tam sim no* (GMPs);
- Tsim kom muaj cov kev tiv thaiv ntawm zaub mov kev ruaj ntseg tshiab raws li tau hais raws lis *Kev Tshuaj Xyua Qhov Phoj Sij* thiab *Kev Phom Sij Raws Li Cov Kev Tiv Thaiv los sis "HARPC"*, Uas yuav tsum muaj cov cuab yeej pab los ua daim phiaj xwm kev nyab xeeb ntawm zaub, txheeb xyuas cov kev phom sij, tsim kev tiv thaiv kev phom sij, thiab ua raws li *kev muab ntawm cov khoos kas*.
- Yuav tsum tau *kev cob qhia thiab kev tsim nyog ntawm cov neeg ua hauj lwm*; thiab
- Yuav tsum muaj cov cuab yeej pab uas *sau npe rau FDA* thiab ua raws qee yam *kev los daim ntawv qhia* thiab *yuav tsum khaws* cov kev xav tau. Cov hauv qab no yuav pab koj txiav txim siab qhov twg ntawm txoj cai koj yuav tau ua raws thiab thaum twg.



## Tseem muaj lus nug?

Koj tsis yog nyob ib leeg!! Cov no yog cov kev cai nyuaj, thiab nws yuav siv sij hawm los mus tshuaj xyuas. Cov hauv qab no muab qee qhov kev taw qhia kom koj tau pib.

## Kuv tseem tsis tau paub meej tias kuv yuav tsum ua raws li ib txoj cai los sis tag nrho ob txoj

### ***Kuv yuav ua li cas kuv thiaj paub tias cov zaub kuv cog raug rau hauv Cov kev Cai Tsim Khoom (ib txwm noj nyoos)?***

Kev cai lij choj muab lub ntsiab txhais ntawm cov khoom. Lub ntsiab txhais tau hais tias cov nplej thiab cov noob txiv too ua roj tsis duav los ntawm txoj cai, tab sis tej yam xws li nceb thiab cov nroj tsuag yog raug duav. Txoj cai suav nrog cov npe uas tsis siv tag nrho cov zaub uas ib txwm noj nyoos los muab cov piv txwv ntawm cov uas tau ua raws li cov cai. Txoj cai tseem muab cov npe khoom txhua yam uas ib txwm tsis noj nyoos (ntawv yog tsis duav). Saib mus rau cov npe no, raws li nws tsis yog kev kev paub los ntawm tus kheej. Thaum tsis ntseeg, tshwj tsis yog koj TSUAS YOG ua cov khoom lag luam nyob rau hauv daim ntawv teev txhua yam, piv xam hais tias cov khoom koj cog uas ib txwm noj nyoos! Cov lus txhais thiab cov npe nyob hauv cov ntawv txuas ntxiv (nploog ntawv. 6).

***Kuv paub tsis meej rau FDA cov ntshiab lus ntawm "liaj teb" - Kuv yuav paub tau li cas tias kuv kev ua liaj ua teb los sis kev saib xyuas thaj kev ua liaj ua teb-ua ke raug rau hauv lub ntsiab lus?*** FDA cov ntshiab ntawm kev ua liaj ua teb tsis yooj yim rau kev txhais lub ntsiab. Lub ntsiab lus tau hloov zuj zus los daws cov kev ua liaj ua teb lub zej zog cov kev txhawj xeeb txog kev sib sau ua ke thiab cov kev tswj kev ua liaj ua teb-ua ke xws li CSAs thiab chaw noj mov. Tab sis nws paub tsis meej tias yuav ua li cas FDA yuav txhais txoj cai hauv qee qhov xwm txheej raws li kev tsis meej xwm. Lub FDA yuav tuaj nrog cov lus qhia rau hauv "liaj teb" txhais tau tias muaj nuj nqis, uas tej zaum yuav pab tau. Tsis tas li, FDA tau txhawb kom cov neeg los nug txog cov lus lawv nyob hauv online Network Assistance Network lossis "TAN." FDA yuav xa cov lus nug no mus rau lawv tus kws lij choj thiab yuav teb rov qab rau. Nco ntsoov tias koj raug tshwj xeeb sai li sai tau yog li koj tuaj yeem tau txais cov lus tshwj xeeb. FDA tau pib tshaj tawm cov lus nquag nug thiab lus teb hauv lawv lub vev xaib kom muab kev taw qhia rau zej zog. Yog li koj tuaj yeem saib nyob rau tib si rau cov lus qhia ntxiv!!

***Kuv yuav ua li cas paub hais tias qhov twg ntawm kuv raug hus ua "thawj kev ua liaj ua teb" los sis "ua liaj ua teb yam thib ob" puas tuaj yeem ua tau yam uas tsis tas ua raws li Txoj Cai Tswj Hwm Kev Tiv Thaiv?*** Cov hauj lwm no tsuas yog: (1) ntim thiab sau npe ntawm cov khoom lag luam qoob loo nyoos (RACs), (2) kev ua kom qhuav / ua kom txhob muaj RAC (tab sis tsis muaj hais los sis txiav) thiab ntim thiab sau npe rau cov khoom qhuav / tsis muaj dej RAC, thiab (3) kho RACs los ua kom siav. Koj tuaj yeem ua cov hauj lwm uas muaj nyob rau hauv cov lus txhais ntawm "sau qoob loo", "ntim khoom," los sis "tuav" –suav nrog kev zas tshuaj cov khoom xws li txheej rau cia / xa tawm. Cov ntsiab lus no muaj nyob hauv cov ntawv txuas ntxiv (p. 7).

***Kuv yuav ua li cas paub tias muaj cov hauj lwm phom sij-qis ua rau kuv hu ua "hom cub yeej pab ntawm chaw ua liaj ua teb-sib xyaws" tuaj yeem koom tau thaum ua cov khoom muaj txiaj ntsig thiab tseem tsim nyog rau qee qhov raug zam ntawm Txoj Cai Tswj Hwm Kev Tiv Thaiv?*** Cov npe tag nrho ntawm cov kev ua hauj lwm uas muaj kev phom sij-qis uas tau muab hauv txoj cai muaj nyob hauv daim ntawv txuas ntxiv (p. 8).

### ***Kuv tseem muaj lus nug ntxiv txog seb kuv puas yuav tsum tau ua raws li ib txoj cai los sis tag nrho ob txoj cai?***

Tsis txhob poob siab, cov peev txheej muaj nyob ntawv thiab tab tom yuav los pab koj.

- Kev Sib Txuas Kev Ua Liaj Ua Teb Yam Ruaj Ntseg Hauv Teb Chaws (National Sustainable Agricultural Coalition (NSAC)) tau ua tiav txoj hauj lwm zoo ntawm cov ntaub ntawv no. Txheeb xyuas lawv cov ntaub ntawv ntawm: [www.sustainableagriculture.net/fsma/](http://www.sustainableagriculture.net/fsma/)
- Koj tuaj yeem nug FDA cov lus nug tshwj xeeb: <http://www.fda.gov/Food/GuidanceRegulation/FSMA/ucm459719.htm>
- Peb nyob ntawm Thaj Chaw Ua Liaj Ua Teb (Farm Commons) tau cog lus pab koj tshawb cov cai no, yog li nrhiav cov ntaub ntawv ntxiv sai sai!

## Kuv paub tias kuv yuav tsum ua raws; Kuv tuaj yeem kawm txog dab tsi yog xav paub ntau ntxiv?

Xov xwm zoo yog koj muaj sij hawm! Ntawm no yog ob peb kauj ruam koj tuaj yeem ua kom nyob rau saum nws txhua:

- FDA yuav luam tawm cov ntawv pov thawj kev qhia tshwj xeeb rau qee yam xws li cov dej yuav tsum tau ua, kev hloov kho GAP cov qauv tshiab, cov xav tau kom rau cov kev hloov kho rau Txoj Cai Tsim Tawm; hloov kho GMP cov qauv rau Txoj Cai Tswj Hwm Kev Tiv Thaiv; nrog rau Phau Ntawv Qhia Ntawm Lag Luam Me Me rau tag nrho ob txoj cai. Koj tseem tuaj yeem nug FDA cov lus nug tshwj xeeb los ntawm lawv Lub Vev Xaib Pab cuam Kev Kawm (Technical Assistance Network (TAN)) (<http://www.fda.gov/Food/GuidanceRegulation/FSMA/ucm459719.htm>) thiab saib cov FAQs (<http://www.fda.gov/Food/GuidanceRegulation/FSMA/ucm247559.htm>).
- Mus saib NSAC tus vev xaib kom paub cov ntaub ntawv tawm tshiab thiab cov peev txheej: [sustainableagriculture.net/fsma/](http://sustainableagriculture.net/fsma/)
- Saib rau kev cob qhia thiab cov chav kawm muab los ntawm kev txuas ntxiv, pab txhawb nga pab pawg, thiab GAP thiab GMP cov kws cob qhia.
- Saib cov ntaub ntawv ntau ntxiv tsis ntev no los ntawm Thaj Chaw Ua Liaj Ua Teb (Farm Commons)!

## Siv cov “khoom tsim tawm” cov ntsiab lus thiab cov npe los txiav txim siab seb cov khoom koj cog puas yog “ib txwm noj nyoos” thiab yuav tsum ua raws Txoj Cai Tsim Khoom

*Hauv qab no yog cov ntsiab lus “khoom tsim tawm” thiab cov npe teev nyob hauv Txoj Cai Tsim Khoom los pab cov neeg ua liaj ua teb txiav txim siab tias cov khoom uas lawv cog, sau, ntim khoom, thiab tuav yog ua raws li los yog “raug saib xyua” los ntawm Txoj Cai Tsim Khoom.*

**Cov Ntsiab Lus ntawm “Khoom Tsim Tawm”:** Khoom tsim tawm txhais tau tias txhua yam txiv hmas txiv ntoo los sis zaub (suav nrog kev sib xyaw ntawm cov txiv hmas txiv ntoo thiab zaub mov uas nyab xeeb) thiab suav nrog nceb, ntsuag xyooob ntsuag ntoo (tsis hais cov noob txiv), txiv laum huab xeeb, tsob ntoo muaj noob txiv tawv, thiab txuj lom. Ib lub txiv ntoo tuaj yeem noj tau thiab koj los cov tau los sis tsob ntoo muaj noob txiv tawv (xws li txiv es pom, txiv kab ntxwv, thiab txiv es moos (almond)) xws li cov txiv ntoo txhais tau tias yog cov qoob loo uas sau tau los yog muab tau ntawm cov nroj tsim los ntawm lub paj. Cov zaub yog cov feem uas tuaj yeem noj tau ntawm cov nroj tsuag ntsuab (xws li cov zaub qhwv los yog cov qos) los yog cov uas ua rau lub cev ntawm cov pwm (xws nceb vaug dawb (white button) los sis nceb vaug dub (shiitake)) cog rau cov khoom noj tau zoo ib yam li cov zaub txhais tau tias tua tau los sis sau tau ib feem ntawm cov nroj tsuag los sis unguas uas nws cov txiv ntoo, lub cev tawm ntawm lub cev, noob, keeb kwm, tub, qij, qia, nplooj, los sis cov paj yog siv ua khoom noj thiab suav nrog nceb, ntsuag, thiab tshuaj ntsuab (xws li basil los sis cilantro). Cov khoom lag luam tsis suav cov khoom noj khoom noj muaj txiav ntsig cov ntsiab lus me me, cov txiv hmas txiv ntoo nyuaj los sis cov noob qoob loo ntawm cov arable qoob loo, los sis cov qoob loo muaj cov txiv hmas txiv ntoo los sis cov noob, uas feem ntau tau loj hlob thiab ua tiav rau kev siv ua mov noj, hmoov, mov ci, zaub mov thiab roj ntau dua rau ncaj qha noj raws li me me, txiv hmas txiv ntoo nyuaj los sis noob (suav nrog cov noob taum nplej, roj thiab lwm yam nroj tsuag siv hauv tib lub sij hawm). Cov piv txwv ntawm cov khoom noj khoom noj muaj xws li barley, cov hniav-los sis flint-pob kws, pias pias, oats, mov, rye, nplej, plooj lwg, quinoa, buckwheat, thiab roj (piv txwv li, noob paj rwb, flax noob, txiv hmas, taum pauv, thiab noob paj noob hlis). txiv hmas txiv ntoo nyuaj los sis noob (suav nrog cov noob taum nplej, roj thiab lwm yam nroj tsuag siv hauv tib lub zam). Cov piv txwv ntawm cov khoom noj khoom noj muaj xws li barley, cov hniav-los sis flint-pob kws, pias pias, oats, mov, rye, nplej, amaranth, quinoa, buckwheat, thiab roj (piv txwv li, noob paj rwb, flax noob, rapeseed, taum pauv, thiab noob paj noob hlis).

**Cov npe uas tsis-ntawv dhauf ntawm cov khoom lag luam “ib txwm noj nyoos” (ntawv yog cov khoom lag luam raug saib xyuas):**

Cov txiv hmas txiv ntoo thiab zaub xws li almonds, txiv av txiv ntoo, apricots, apriums, Artichokes-ntiaj teb-hom, Neeg Esxias cov txiv maj coos, avocados, babacos, txiv tsawb, Belgian endive, blackberries, blueberries, boysenberries, brazil ceef, noob taum dav, zaub cob pob, Zaub pob, zaub qhwv, Suav cabbages (Bok Choy, mustard, thiab Napa), cantaloupes, carambolas, carrots, zaub paj dawb, celeriac, celery, chayote txiv hmas txiv ntoo, txiv ntoo qab zib (qab zib), txiv ntseej, cov txiv ntoo (cov hauv paus thiab cov plaub hau), cov txiv ntoo (xws li Clementine, txiv kab ntxwv qaub, lemons, limes, mandarin, txiv kab ntxwv, tangerines, tangors, thiab unqfruit), taum pauv taum, cress-vaj, dib, curly endive, currants, nplooj dandelion, fennel-Florence, qij, genip, gooseberries, txiv quav ntswv nyoos, ntsuab taum, guavas, tshuaj ntsuab (xws li basil, chives, cilantro, oregano, thiab zaub txhwb qaib), zib ntab, huckleberries, Jerusalem artichokes, kale, kiwifruit, kohlrabi, kumquats, leek, zaub xas lav, lychees, macadamia txiv ntoo, mangos, lwm cov txiv ntseej muag (xws li Canary, Crenshaw thiab Persian), txiv pos nphuab, nceb, zaub ntsuab, kua ntoo, dos, txiv duaj, txiv ntseej, txiv hmas txiv ntoo nyiam, txiv duaj, txiv duaj, taum pauv, taum pauv-nquab, kua txob (xws li tswb thiab kub), txiv ntoo thuv, txiv ntoo, cog, plums, plumcots, quince, radishes, raspberries, rhubarb, rutabagas, scallions, shallots, snow peas, soursop, spinach, sprouts (xws li alfalfa thiab mung taum), txiv pos nphuab, taub caij ntuj sov (xws li pias yias, daj thiab zucchini), qab zib, Swiss chard, taro, txiv lws suav, taum pauv, turnips (keeb kwm thiab taum), walnuts, dej phwj, kua taub, thiab yam; thiab Sib xyaw ntawm cov txiv hmas txiv ntoo thiab zaub txawv (xws li cov pob tawb txiv ntoo).

**Cov npe tag nrho ntawm cov koom lag luam uas TSIS raug noj nyoos (ntawv yog tsis raug saib xyuas):**

Ntsuag ntoo (asparagus), cov taum (dub, Qaum Teb Loj, kidney, lima, navy, pinto), cov taum(vaj teb (cov hauv paus hniav thiab cov nplooj saum toj) thiab qab zib beets), txiv maj phaub, kua txiv qab, kua txob, taum kas fes, taum kas fes, dab tsho, pob kws qab zib, txiv luv luj, hnub tim, dill (noob thiab nroj), txaij, figs, qhiav, hazelnuts, horseradish, lentils, okra, txiv laum huab xeeb, pecans, peppermint, qos yaj ywm, taub, lub caij ntuj no, qab zib qos, thiab dej txiv ntseej.



## Hom kev txwv ua liaj ua teb tuaj yeem koom nrog thaum tseem muaj kev zam tag nrho los ntawm Txoj Cai Tswj Hwm Kev Tiv Thaiv

**"Kev ua liaj ua teb thawj qib ib" thiab "ua liaj ua teb zaum thib ob" raws li sau tseg tuaj yeem koom nrog cov hauj lwm hauv qab no thaum tseem tab tom raug zam los ntawm Txoj Cai tswj hwm Kev Tiv Thaiv:**

- Ntim los sis tuav cov khoom lag luam ua qoob loo;
  - Ntim los sis tuav cov zaub mov tiav, muab tag nrho cov zaub mov tiav ua nyob rau hauv cov hauj lwm ntawv yuav tau raug noj nyob rau ib qho cha rau hauv cov liaj teb los sis lwm cov liaj teb uas muaj tib qho kev tswj hwm; thiab
  - Chaw tsim / ua zaub mov, muab qhov tias:
    - » Tag nrho cov khoom noj uas siv hauv cov hauj lwm no tau noj rau hauv daim teb ntawd los sis lwm qhov liaj teb uas muaj tib qho kev tswj hwm zoo ib yam; los is
    - » qhov kev tsim khoom / ua cov khoom noj uas tsis noj rau hauv daim teb ntawv los sis lwm cov liaj teb uas muaj tib qho kev tswj hwm zoo ib yam tsuas muaj:
- (1) Kev ua kom qhuav / ua kom tsis muaj dej ntawm cov khoom ua liaj ua teb los tsim cov khoom lag luam sib txawv (xws li kev ua kom qhuav / ua kom txhob muaj dej ntawm cov txiv hmb los ua cov raisins), thiab ntim thiab daim ntawv lo ntawm cov khoom lag luam, tsis muaj kev tsim khoom / kev lag luam ntxiv (ib qho piv txwv ntawm kev tsim khoom ntxiv / kev lag luam yog kev suav);
- (2) Kev ua kom siav ntawm cov khoom siv ua liaj ua teb qoob loo (xws li ua kom siav los ntawm kev kho cov khoom nrog ethylene roj), thiab kev ntim khoom thiab daim ntawv lo tau kho cov khoom ua liaj ua teb, tsis muaj kev tsim khoom ntxiv / tsim; thiab
- (3) Kev ntim thiab sau npe cov khoom ua liaj ua teb, thaum cov haujlwm no tsis koom nrog ntxiv kev tsim / ua lag luam (ib qho piv txwv ntawm kev tsim khoom ntxiv / ntxiv yog irradiation).

**Ib qho ntxiv, kev ua liaj ua teb tuaj yeem koom nrog "kev sau qoob loo", "ntim khoom," thiab "tuav" cov hauj lwm raws li tau hais tseg hauv qab no tsis raug ua raws li Txoj Cai Tswj Hwm Kev Tiv Thaiv:**

**Lub ntsiab lus ntawm "Kev Sau qoob loo":** Kev sau qoob muaj los siv rau hauv cov ua liaj ua teb thiab cov chaw ua liaj ua teb sib xyaw thiab txhais tau tias cov hauj lwm uas ib txwm ua rau cov liaj teb txhawm rau txhawm rau tshem tawm cov khoom lag luam ua liaj ua teb los ntawm qhov chaw uas lawv tau cog lossis nce thiab npaj lawv siv los ua khoom noj. Kev sau qoob loo tsuas yog txwv rau cov hauj lwm ua rau cov khoom siv ua liaj ua teb nyoos, los sis hauv cov zaub mov tiav uas tsim los ntawm ziab / ua kom txhob muaj dej ntawm cov khoom lag luam ua raw cov qoob loo tsis muaj kev tsim khoom / ua ntxiv, ntawm ib daim teb. Kev suav sau tsis suav nrog cov hauj lwm uas hloov pauv cov khoom lag luam ua liaj ua teb rau hauv cov zaub mov tiav raws li tau hais tseg hauv tshooj 201 (gg) ntawm Tsoom fww Cov Khoom Noj, Tshuaj, thiab Tshuaj pleev ib ce. Cov piv txwv ntawm kev sau qoob loo nrog kev txiav (los sis lwm yam sib cais) feem ntawm cov khoom lag luam cog qoob loo ntawm cov qoob loo thiab tshem tawm los sis txiav cov feem ntawm cov khoom lag luam ua liaj ua teb (piv txwv, nploon nto, tawv nto, cag ntoos yog tus cev nto). Cov piv txwv ntawm kev sau qoob kuj suav nrog txias, ua liaj ua teb, lim dej, sib sau ua ke, hulling, tshem cov qia thiab husks los ntawm, plhaub, kho, thiav, hlais cov nplooj sab nraud ntawm, thiab ntxuav raw khoom ua liaj ua teb cog rau ntawm thaj teb.

**Cov Ntsiab Lus ntawm " Kev Ntim":** Kev ntim khoom txhais tau tias muab cov khoom noj tso rau hauv lub thawv uas tsis yog ntim cov zaub mov thiab tseem suav nrog kev ntim khoom thiab cov kev ua ub no uas tau tshwm sim rau kev ntim los sis ntim khoom noj (piv txwv, cov hauj lwm ua rau kev nyab xeeb los sis zoo ntim los sis rov ntim zaub mov ntawv (xws li raws li kev cais, xaiv tawm, kev xaiv cov zoo, thiab kev luj los sis xa khoom los mus rau kev ntim khoom los sis rov ntim khoom dua), tab sis tsis suav nrog cov hauj lwm uas xa cov khoom lag luam nyoos cog qoob loo rau hauv cov zaub mov tiav. *Nco tseg: Kev ntim khoom txhais tau tias muab cov zaub mov tso rau hauv lub thawv uas muaj qhov sib chww tiag rau cov zaub mov thiab tus neeg siv khoom tau txais. Cov hauj lwm ntim khoom raug ua liaj ua teb rau Txoj Cai Tswj Hwm Kev Tiv Thaiv.*

**Cov Ntsiag Lus Txhais ntawm "Kev Tuav":** kev Tuav txhais tau tias khaws cia cov zaub mov thiab tseem suav nrog kev ua hauv kev khaws cia khoom noj (piv txwv, cov hauj lwm ua rau kev nyab xeeb los sis muaj txiaj ntsig ntawm cov khoom noj ntawv, xws li zaub mov thaum khaws cia, thiab ziab / dehydrating nyoos ua liaj ua teb thaum ziab / ua kom txhob muaj dej) tsis tsim ib qho khoom muag sib txawv (xws li ziab / ua kom txhob muaj dej ntawm cov quav nyablos sis kaus tau alfalfa)). Kev tuav tau suav nrog kev ua hauj lwm raws li qhov tsim nyog siv rau kev faib cov zaub mov ntawv (xws li sib xyaw ntawm cov khoom lag luam ua liaj ua teb qub thiab muab cov khoom muag tawg tawm), tab sis tsis suav nrog cov haujlwm uas hloov pauv cov zaub mov nyoos ua rau hauv kev ua tiav. cov khoom noj raws li piav qhia hauv tshooj 201 (gg) ntawm Tsoom Fww Zaub Mov Hauv Teb Chaws, Tshuaj, thiab Tshuaj Kom Zoo. Kev khaws cov cuab yeej pab tuaj yeem m suav nrog cov chaw rau khoom, chaw cia khoom txias, chaw cia khoom, cov tsheb nqa khoom, thiab cov theev rau dej.

*Nco tseg: Txawm hais tias kev ua liaj ua teb yuav raug zam los ntawm Txoj Cai Tswj Hwm Kev Tiv Thaiv, cov Cai Tsim Tawm tseem yuav siv tau.*



## Cov npe ntawm cov txheej txheem ua / kev tsim tawm yam cuab yeej pab uas sib-txum ntawm kev ua liaj teb yuav tau ua thiab tseem tsim nyog rau qhov kev zam qee feem raws li Txoj Cai Tswj Hwm Kev Tiv Thai

- Kev hau cov yas zom noj, yas latexes, thiab yas resin.;
- Kev tsuav, kev kaus noob tix, kev txiav, kev chais, kev tev noob ntxiv, kev zom, thiab kev suam cov txiv qaub thiab cov zaub uas muaj pH tsawg dua 4.2 (piv txwv li, txiav cov txiv qaub thiab txiv qaub), cov zaub mov ci (piv txwv li, hlais mov ci), txiv qhuav / tsis muaj dej thiab zaub (piv txwv li, kev tev noob txiv plums), tshuaj ntsuab qhuav thiab lwm yam txuj lom (piv txwv li, tsuav pum hub liab uas tseem nyoos thiab qhuav lawm), cov nqaij ua si ua si, cov pos hniav / hlab looj / tawv, lwm yam khoom lis (piv txwv, kev zom txhuv), txiv laum huab xeeb thiab txiv ntoo, thiab txiv laum huab xeeb thiab ntoo txiv ntoo khoom (piv txwv li, kev tsuav txiv laum huab xeeb ci);
- Kev ywg rau cov txiv ntoo thiab zaub uas qhuav / tsis muaj dej (piv txwv li, ywg kua qab zib chocolate rau txiv raisin), lwm cov txiv ntoo thiab zaub tshwj tsis yog tsis qhuav, tsis ua rau txiv hmab txiv ntoo thiab zaub (piv txwv li, txheej plum tej daim, cov txiv ntseej qhuav, thiab txiv ntoo qhuav). nrog nws cov dej qab zip tsis tshua muaj kev phom sij / kev ua zaub mov ua ke tab sis lo cov txiv av txiv ntoo rau ntawm ib lo nrog kev ual tsis yog cov kev phom sij tsawg / cov khoom noj ua ke), lwm cov khoom ua qoob loo (piv txwv li, ntxiv caramel rau paj kws los sis ntxiv cov khoom noj rau paj kws tau muab tias cov khoom muaj raug kho kom txo qis cov kab mob, cov txiv laum huab xeeb thiab cov ntoo ntoo (piv txwv li, ntxiv cov caij nyoog tau hais tias cov khoom noj tau ua rau cov kab mob tseem ceeb), thiab cov txiv laum huab xeeb thiab txiv ntoo ua cov khoom lag luam (piv txwv li, ntxiv cov kua ywg uas uas tau npaj tseg kom los txo tus txhiab tsw);
- Kev ua kom qhuav / kev ua kom tsis muaj dej (uas suav nrog kev tsim khoom ntxiv los yog ua rau cov zaub mov tiav) lwm yam txiv hmab txiv ntoo thiab zaub muaj pH tsawg dua 4.2 (piv txwv li, ziab txiav cov txiv hmab txiv ntoo thiab zaub nrog pH tsawg dua 4.2), thiab lwm yam tshuaj ntsuab thiab txuj lom ua khoom noj (piv txwv li, kev ziab tshiab tshuaj ntsuab uas tsuav tag lawm, nrog rau tshuaj yej);
- Kev tso kua tawm (suav nrog los ntawm nias, los ntawm kev lim, thiab los ntawm cov kuab tshuaj) los ntawm qhuav / qhuav dej tshuaj ntsuab thiab txuj lom cov khoom lag luam (piv txwv, mint qhuav), tshuaj ntsuab tshiab (piv txwv li, mint tshiab), txiv hmab txiv ntoo thiab zaub (piv txwv, txiv ntseej, avocados), nplej (piv txwv li, oilseeds), thiab lwm yam tshuaj ntsuab thiab cov txuj lom ua khoom noj (piv txwv li, tev tshiab min tws qhuav mint);
- Kev ua kom txias rau cov txiv qaub thiab zaub uas muaj pH tsawg dua 4.2 thiab lwm cov txiv hmab txiv ntoo thiab zaub muaj pH tsawg dua 4.2 (piv txwv li, txiav cov txiv hmab txiv ntoo thiab zaub);
- Kev hov / kev tsoo / kev zuaj / kev zom cov khoom uas raug ci (piv txwv li, lub tsoo), cocoa taum (ci), kas fes taum (roasted), txiv hmab txiv ntoo qhuav / dehydrated txiv hmab txiv ntoo thiab zaub (piv txwv li, raisins thiab qhuav legumes), tshuaj qhuav / lub cev quav dej tshuaj ntsuab thiab tshuaj ntsuab (piv txwv li, qhuav qhuav hauv paus), nplej (piv txwv li oats, mov, nplej, nplej), lwm cov txiv hmab txiv ntoo thiab zaub (piv txwv li, hnub tim qhuav, hnub poob), lwm yam khoom lis (piv txwv, nplej qhuav), lwm yam tshuaj ntsuab thiab txuj lom (piv txwv li, cov txiv ntseej ua kom qhuav), txiv laum huab xeeb thiab txiv ntoo ntoo, thiab txiv laum huab xeeb thiab txiv ntoo ua khoom noj (piv txwv li, cov txiv laum huab xeeb);
- Kev lo cov ntawv rau cov khoom ci uas tsis muaj cov khoom noj ua xua, khoom qab zib uas tsis muaj cov khoom noj tsis haum, khaub noom cocoa (yam noj huv), cocoa cov khoom uas tsis muaj cov khoom noj khoom noj tsis haum), taum kas fes (ci), cov nqaij ua si jerky, cov pos hniav / tshuaj dej / tshuaj uas yog cov khoom noj uas ua tiav, zib ntab (yam noj huv), thaj / txhom / khaws cia, cov khoom noj tseem ceeb uas tsis muaj cov khoom noj tsis haum (piv txwv, mov pob kws) los sis cov khoom noj uas tsis muaj ib qho zaub mov (piv txwv li, hmoov nplej, nplej pob kws), suab thaj thiab khaus. , roj, lwm cov txiv ntoo thiab zaub uas tsis muaj khoom noj (piv txwv li, cov khoom noj txom ncau chips ua los ntawm cov qos yaj ywm los yog cog ntoo), lwm yam khoom noj cov qoob loo uas tsis muaj cov khoom noj tsis haum (piv txwv li, paj kws), lwm yam tshuaj ntsuab thiab cov txuj lom ua khoom xyaw (piv txwv li, cov tshuaj ntsuab qhuav uas raug tsuav los sis hov ), txiv laum huab xeeb los sis tsob ntoo txiv ntoo, ( tsuav yog tias muaj cov tshuaj noj ib yam nkaus xwb, los sis nyob hauv cov ntawv uas tus neeg tau txais txiaj ntsig tsim nyog yuav tsum paub txog cov khoom noj tsis haum tshuaj tsis muaj daim ntawv tshaj tawm, los sis ob qho tib si (piv txwv li, tag nrho cov noob txiv ntoo ci los sis raug rau kua rau lawm, ib yam khoom noj uas yog txiv loom huab xeeb los sis cov hmoov noob txiv ntoo)), cov noob ua tiav rau kev noj ncaj qha, dej qab zib thiab tshuaj dej, qab zib, kua dej, txoj kev sib xyaw thiab kev sib kis (dua li cov muaj cov qhob noom xim kasfes mis thiab tau muab cov txiv laum huab xeeb thiab / los sis cov noob txiv ntoo yog cov qauv uas cov neeg siv khoom lag luam tuaj yeem tsim nyog paub txog cov khoom noj khoom noj ua xua uas tsis muaj daim ntawv tshaj tawm), dej qab zib, thiab lwm yam zaub mov tiav uas tsis tas yuav tswj hwm lub sijhawm / ntsuas kub kom muaj kev nyab xeeb thiab uas tsis muaj cov khoom noj tsis haum (piv txwv, vitamins, minerals, thiab zaub mov noj) ry cov khoom xyaw (piv txwv, pob txha noj mov) hauv cov hmoov, pob zeb, lossis lwm yam khoom khov);

## Cov npe ntawm cov txheej txheem ua / kev tsim tawm yam cuab yeej pab uas sib-txuum ntawm kev ua liaj teb yuav tau ua thiab tseem tsim nyog rau qhov kev zam qee feem raws li Txoj Cai Tswj Hwm Kev Tiv Thaiv (txuas ntxiv)

- Ua cov khoom ci los ntawm cov noob txiv uas zom tag lawm (piv txwv li, qhov cij thiab ncuav qab zib cookies);
- Ua khoom qab zib los ntawm txiv laum huab xeeb thiab noob txiv ntoo ntoo (piv txwv, txiv ntoo ua kab), qab zib / dej qab zib (xws li chaw, tsev noj mov), thiab kua zaub (xws li, txiv kab ntxwv hle khaub noom, kua txiv qab zib);
- Ua cov khoom lag luam cocoa los ntawm cov taum cocoa ci;
- Ua cov fawm qhuv pasta los ntawm noob nplej;
- Ua cov kua nplaum qab zib (jams), qhoob noom zooj (jellies), thiab khaws cia los ntawm cov kua txiv hmab txiv ntoo thiab zaub nrog pH ntawm 4.6 los sis qis dua;
- Ua cov suab thaj thiab treacle los ntawm qab zib beets thiab kab tsib;
- Ua cov ncuav ci oat los ntawm noob oat;
- Ua cov paj kws los ntawm noob pob kws;
- Ua tej daim qhoob noom txom ncauj los ntawm cov txiv hmab txiv ntoo thiab zaub (piv txwv li, ua daim qhaub noom txiv tsawb thiab cog qos yaj ywm);
- Ua cov dej qab zib thiab dej hauv muaj carbonated los ntawm cov piam thaj, piam thaj hmoov (syrup), thiab dej;
- Ua cov suab thaj thiab suab thaj hmoov los ntawm cov txiv hmab txiv ntoo thiab zaub (piv txwv, hnub tim), nplej (piv txwv, mov, pias), lwm yam khoom nplej (piv txwv li cov nplej uas muaj malted xws li barley), kua zaub (xws li, agave, birch, maple, xibtes), qab zib beets, thiab kab tsib;
- Ua tus tws sib xyaw ua ke thiab sib tom los ntawm cov khoom siv cocoa (piv txwv li dej qab zib), cov txiv hmab txiv ntoo thiab zaub qhuav (xws li txiv ntoo), lwm cov txiv hmab txiv ntoo thiab zaub txiv ntoo (piv txwv li, cov txiv hmab txiv ntoo qhuav), lwm yam khoom ua noob (xws li oat flakes), cov txiv laum huab xeeb thiab cov txiv ntoo ua cov khoom noj, thiab cov noob ua tiav rau kev noj ncaj qha, muab cov txiv laum huab xeeb, txiv ntoo ntoo, thiab cov noob ua tiav raug kho kom txo cov kab mob;
- Ua cov kua txiv ntoo qaub (vinegar) los ntawm cov txiv hmab txiv ntoo thiab zaub, lwm yam txiv hmab txiv ntoo thiab zaub ua noj (piv txwv li, cawv txiv hmab, cawv txiv apple), thiab lwm yam khoom lis (piv txwv li malt);
- Kev sib xyaw cov khoom ci (piv txwv, hom ncuav qab zib cookie), khoom qab zib (piv txwv li, ntau hom taffy), cocoa taum (ci), kas fes taum (roasted), txiv hmab txiv ntoo qhuav / ua kom tsis muaj dej ntawm txiv hmab txiv ntoo thiab zaub (piv txwv li, cov txiv xiav, cov qhuav ziab, thiab cov raisins). ), qhuav / qhuav dej tshuaj ntsuab thiab cov txuj lom ua khoom noj (piv txwv li, pum hub liaj qhuav, nyoos thiab pum hub oregano qhuav, nyoos), zib ntab (pasteurized), cov noob txiv tsim tawm uas raug zom lawm (piv txwv li, hmoov nplej, pob kws, thiab pob kws noj), lwm yam txiv ntoo thiab zaub ntxiv (piv txwv li, ziab, hlais txiv duaj thiab qhuav, hlais txiv duaj), lwm cov khoom cog qoob loo (piv txwv li, sib txawv ntawm cov nplej zom qhuav), lwm yam tshuaj ntsuab thiab cov txuj lom ua khoom xyaw (piv txwv li, kua taum los sis av qhuav tshuaj ntsuab, tshuaj ntsuab qhuav- los sis txuj lom-ua ke zib ntab, thiab ziab tshuaj ntsuab - los yog cov txuj lom-xyaw cov roj thiab / los sis dej qaub), txiv laum huab xeeb thiab cov ntoo txiv ntoo, qab zib, phoov, vinegar, thiab lwm yam zaub mov tiav uas tsis tas yuav siv sijhawm / ntsuas kub rau kev nyab xeeb (piv txwv li vitamins, cov hej thaj (minerals), thiab cov khoom xyaw noj zaub mov (piv txwv, zaub mov pob txha) ua cov hmoov, ua pob zeb, los sis lwm yam khoom khov);
- Kev ntim cov khoom ci (piv txwv li, cov qhov cij thiab ncuav qab zib cookie), khaub noom, cocoa taum (ci), cov khoom ua cocoa, kas fes taum (ci), cov daim nqaij qhuav, cov txab ntoogums / latexes / resins tawv ntoo uas ua zaub mov noj, zib ntab (tua kab mob tag lawm, kua npaum qab zib (jams) / qhoob noom zooj (jellies) / khaws cia, cov milled lis khoom lag luam (piv txwv li, hmoov nplej, xua, pob kws noj), ua suab thaj thiab khaus, roj, lwm cov txiv ntoo thiab zaub ntxiv (piv txwv li, pitted, txiv hmab txiv ntoo qhuav; hlais, kua txiv qhuav; khoom noj txom ncauj), lwm yam khoom lis (piv txwv li, paj kws), lwm yam tshuaj ntsuab thiab txuj lom ua khoom noj (piv txwv li, cov tshuaj ntsuab qhuav raug tsuav los yog zom ), cov txiv laum huab xeeb thiab cov ntoo ua cov txiv ntoo, cov noob ua tiav rau kev noj ncaj qha, haus dej haus thiab dej carbonated, qab zib, kua dej, txoj kev sib xyaw thiab granola, kua txob, thiab lwm yam lwm cov zaub mov tiav uas tsis xav tau sijhawm / ntsuas kub kom muaj kev nyab xeeb (piv txwv li, cov vitamins, cov hej thaj (minerals), thiab cov khoom xyaw noj zaub mov (piv txwv li, cov zaub mov noj uas muaj pob txha) ua cov hmoov, ua ib pob, los sis lwm yam khoom khov);
- Muab tshuaj txhuam zib ntab;
- Ci thiab ntxhiabi cov mov (piv txwv, ci ncuav ua ncuav qhuav);
- Rau ntsev rau lwm cov noob txiv khoom lag luam (piv txwv, cov noob taum pauv), txiv laum huab xeeb thiab cov txiv ntoo ua cov noob txiv, thiab cov noob ua tiav txhawm rau cia li noj lawm xwb; thiab
- Tshau cov noob txim khoom lag luam uas raug zom tag lawm (piv txwv li, hmoov nplej, xuacov pob kw zom), lwm yam txiv ntoo thiab zaub ua noj (piv txwv li, cov hmoov noob taum daj), thiab txiv laum huab xeeb thiab txiv ntoo cov khoom ntoo (piv txwv li, cov hmoov txiv laum huab xeeb, hmoov almond).

Cov npe ntawm cov hauj lwm kev ntim / tuav ib qho cuab yeej pab ntawm kev ua liaj teb-sib xyaw yuav koom rau hauv thiab tseem tsim nyog rau kev zam rau qee qhov nyob rau hauv Txoj Cai Tswj Hwm Kev Tiv Thaiv

- Cov khoom ci (piv txwv li, khob cij thiab ncuav qab zib cookie);
- Cov khoom qab zib (piv txwv, cov khaub noom khov, qhaub noom fudge, khaub noom maple, kua nyeem qab zib maple, qaub noom txiv laum huab xeeb, qhaub noom npuav, qhaub noom yaim);
- Cocoa taum (ci);
- Cocoa khoom;
- Kas fes taum (ci);
- Daim nqaij qhuav;
- Cov txob ntoo gums, latexes, resins cov uas yuav tsum raug tsim tawm los;
- Zib ntab (tua kab mob tag lawm);
- Kua nplaum qab zib (Jams), cov qhaub noom zooj (jellies), thiab khaws cia;
- Cov noob txiv ntoo tsim tawm uas raug zom lawm (piv txwv li, hmoov nplej, xua, pob kws zom);
- Kua kab tsib molasses thiab treacle;
- Roj (piv txwv li, roj txiv ntoo olive thiab roj txiv paj hnub hli);
- Lwm yam txiv hmab txiv ntoo thiab zaub (piv txwv, hmoov nplej ua los ntawm cov taum; raug tev tawm, txiv hmab txiv ntoo qhuav; raug hlais, txiv es pom qhuav; cov khoom noj txom ncauj);
- Lwm cov noob txiv lag luam (piv txwv li, fawm qhuav pasta, ncuav oat ua daim, thiab paj kws);
- Lwm yam tshuaj ntsuab thiab cov txuj lom ua khoom lag luam (piv txwv li, cov tshuaj ntsuab tsuav los sis zom, kua tshuaj ntsuab);
- Cov txiv laum huab xeeb thiab cov ntoo txiv ntoo (piv txwv li, cov txiv laum huab xeeb ci thiab cov hmoov noob txiv ntoo);
- Cov noob ua tiav rau uas cia li noj lawm xwb (piv txwv li, cov noob taub ci);
- Cov dej qab zib thiab cov dej hauv muaj zog
- Suab thaj;
- Cov suab thaj hmoov (piv txwv li, suab thaj maple thiab suab thaj agave);
- Txoj kev sib xyaw thiab granola;
- Kua qaub; thiab
- Yam zaub mov tiav teg uas tsis tas yuav siv si jhawm / kev tswj qhov kub nxias txhawm rau kom nyab xeeb (piv txwm Vitamins, cov hej thaj (minerals), thiab cov khoom xyaw noj zaub mov (piv txwv li, zaub mov uas muaj pob txha) ua hmoov, ua ib pob, los sis lwm yam khoom khov).