

la fa'atumauiina pea le mālū ma saogalemū i lenei taumafanafana

O nisi nei o fesoasoani
mo oe ma lau fanau



Ia atamai pe a e fa'alā i lenei taumafanafana



O e silafia e mafai ona a'afia lou soifua ona o le vevela o le tau? O nisi nei o fautuaga e puipuia ai lou aiga.

- ! Pe a e i fafo i le lā manatua e **laei, u'u, fai ma kava!**
- ! **Ia faia lavalava e** puipuia ai le tele o vaega o lou tino.
- ! **U'u lou tino i le kulimi e puipuia ai mai le lā**, ia matuā u'u i le tele e mafai ai. O kulimi e SPF 30 le malosi e mafai ona tali i ave o le lā toe mafai ona fa'asūsū, o le kulimi lelei lena.
- ! **Fai sou pulou** e lautele ona fa'ataumata e mafai ona kava ai ou taliga ma lou ua - o vaega nei e masani ona mū ona o le lā.
- ! **Fai se matatioata** e fetau lelei i ou foliga. O le matatioata mafai ona puipui mai i ave malolosi o lā e sili atu, ia siaki le ituaiga o matatioata pe a fa'atau sau matatioata fou.
- ! **Taga'i ane i nisi auala e puipui ai oe i le www.sunsmart.org.nz.**

O nisi nei o auala e fa'atumauiina ai le mālū o lou tino

- ! **Ia lava le vai taumafa.** Ia tele le vai e te inuina ma ia iai se faguva i taimi uma.
- ! **Ia 'alofia le galue i le la.** Ia fua ta'aloga i fafo e faia a'o le'i tāina le 10 i le taeao pe fa'atino pe a te'a le 4 pe a mālū le afiafi.
- ! **Ia sui le auala e fai ai au galuega.** A fai e fai mamafa au galuega pe e te galue i fafo, ia talanoa i lau pule e fa'atatau i lamatiaga o le vevela ma auala e puipuia ai outou uma.
- ! **Ia ki le ea mālūlū.** Ia fa'aaoga le heat pump o se ea mālūlū ina ia fa'amālū ai lou fale. Ae ia filifili le vaega e fa'amālūlū ai.
- ! **Taga'i i le www.health.govt.nz mo nisi ta'iala.**

E mana'omia e tamaiti pepe le tausiga faaopoopo

O le tino o le pepe e matuā vaivai lava, o lea ia taumafai e puipuia mai le susulu sa'o o le la.

Ia faamautinoa le mālū o i latou ma ia alo'ese mai le soona faaofu i ofu mafiafia. O tamaiti pepe e tatau ona puipuia i lalo o le paolo, lavalava manifinifi ma pulou lautetele e faamalumalu ai taliga ma le ua.

O tamaiti pepe e i lalo ifo o le 6 masina e ma'ale'ale lava o latou tino ma e ono faaletonu i kulimi e puipuia mai ai le la – taumafai e faata'ita'i sina vaega laititi i le pito i luga o le ogalima e siaki ai le ma'ale'ale o le tino.

Afai e te masalosalo ua mātutu le tino o pepe, e mafai ona e ofoina i tamaiti pepe e silia atu i le 6 masina se suāvai faaopoopo msi se vaipuna maalili i taimi o lana vai'aiga. Mo nisi fautuaga mo le saogalemu mai i le la silasila i le www.plunket.org.nz.



la saogalemū pe a iai i le vaita'ele

O e mafaufau e fai sau vaita'ele i lenei tau mafanafana? Ia mulimuli i fa'atonuga nei mo le saogalemū o lou aiga.

Afai e iai se vaita'ele i tua o lou fale, e iai tulafono a le atunu'u e fa'atatau i vaita'ele e tatau ona fa'atauaia:



O vaita'ele uma, tusa lava po o ni vai taele lē tumau, e tatau ona iai se pa e puipuia lelei ia aua ne'i o'o atu ai tamaiti. E aofia ai fo'i ma tamaiti i aiga tuaoi.



E tusa lava po o se vai e ta'aalo ai tamaiti lea o lona loloto e 400mm pe sili atu foi, e tatau lava ona iai se pa e puipuia ai mai tamaiti pe afai e leai se isi o va'aia.



E mafai ona e maua tulafono uma mo vaita'ele i le www.building.govt.nz



O le a iai le asiasiga masani e siakiina ai le lelei ma le saogalemū o le fale mai le Kāinga Ora Housing Support Managers. Afai e iai se vaita'ele lē tumau o lo'o iai i le fale ae le'i pāsia, e avatu le talosaga ia te oe e ave'ese.



la fa'autauta a o fa'aaogāina o le suavai

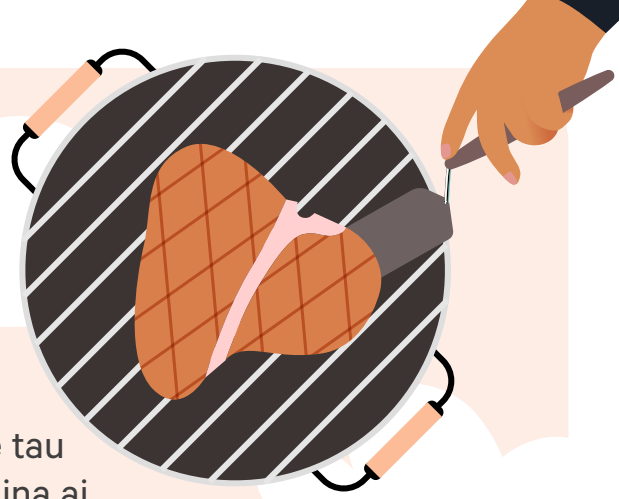
Tusa lava pe na o sina vai i ou tuāfale po o se vaita'ele telē i lau vaipanoa, o fautuaga nei e tolu o le a puipuia ai lou aiga.

1. Va'ai lelei lau fanau ae lē o le ano i lau telefoni!
2. Ia ave'ese vai mai i le vai ta'alo a tamaiti, pakete ma container pe afai e lē o fa'aaogāina ina ia 'alofia ai le tutupu o ni faalavelave.
3. Aua le tu'ua i tamaiti ua tau matutua e vaai tamaiti laiti. Ia fa'amautinoa i taimi uma e iai se tagata matua e vaai.



la saogalemū mai i se afi i lenei taumafanafana

E mafai ona sasao vave se afi ona o le vevela o le tau mafanafana. O nisi nei o auala faigofie e fa'atumaina ai pea le saogalemū o lou fale po o fafo fo'i.



Ia siaki fa'ailo asu. E tusa pe siaki au fa'ailo asu e le Kāinga Ora, ae o se mea lele le toe siaki i le taimi o le tau mafanafana.



Iasiaki lau BBQ. A'o le'i fa'aolaina lau ogaumu fai BBQ, ia fufulu mamā ma afai o fa'aaogā se kesi, ia siaki le fagu kesi ma faga'au uma pe iai se liki e ala i le faga iai o sina vai fa'ao'a i vaega e iai so'oga o faga'au. Ia fai le ogaumu fai BBQ i vaega ta'alaelae i fafo ma ia fa'amamao mai i vaega e apoia gofie e le afi.



Aua le taumafa 'ava malosi ma fai le mea'ai. O le moe a o fai se kuka o le pogai numera tasi lea o mu o fale i Niu Sila E fa'apena fo'i i fuala'au fa'asaina.



Tafuna'i saogalemū. E fa'ato'ā fa'aola se afi pe afai ua aumai se fa'atagana ma ua fa'amamao ese mai i vaega e apo'ia gofie e le afi. Ia lata ane le suavai i taimi uma ma ia fa'amautinoa ua pe lelei le afi pe a mae'a.



Aua le fa'apapāina mea fa'apapā. E tele nofoaga e lē fa'atagaina ai mea fa'apapā i le tau mafanafana. E mafai ona fa'atupuina ai se afi mata'utia e le faigofie ona tapē, ae maise lava pe a malosi le savili.



Taga'i i le www.checkitsalright.nz mo nisi fa'amatalaga e fa'atatau i lamatiaga ma vai tau e tatau ai le tutuina o afi i lau vaipanoa.



111

ma fesili mo se Afi

la fa'atumauiina pea le mālū o lau ta'ifau

O e silafia e sili atu ona lagonaina e ta'ifau le vevela nai lo o tatou? O nisi nei o fesoasoani e ono mo le puipuia o lau ta'ifau.



Vai ma le paolo. Ia fai ma sui a latou vai ia fou ma fa'atumu ma ia fa'amautinoa o lo'o lava le paolo mo i latou mo le aso atoa - tusa lava pe fesuia'i vaega e susulu mai ai le la.



Ia fa'asavali i le paolo. Ia fa'asavali lau ta'ifau a'o mālū a lē o le taeao po o le afiafi.



Ua vevela tele mo se savaliga. A vevela tele le auala savali po o le oneone i lau savali pe a leai ni ou se'evae, o lona uiga e vevela fo'i la mo lau ta'ifau.



E mu fo'i pa'u (tulou) o ta'ifau i le la. O ta'ifau e vaivai ma valavala fulufulu (tulou) e lamatia gofie i latou, ma e mafai ona e puipuia e ala i le u'uina o le isu, taliga ma le manava i le kulimi lā mo ta'ifau.



E ono maliu se tasi pe a vevela totonu o le ta'avale. Aua ne'i tu'uina lau ta'ifau i le ta'avale e aunoa ma se isi e va'aia. E \$300 lau sala e ono maua. Pe a e mauaina se ta'ifau o lo'o loka i totonu o se ta'avale ma ua mafatia, ia vili vave leoleo po o le SPCA i lou vaipanoa.



Ia oti fulufulu. Ia oti fa'apupu'u fulufulu (tulou) a lau ta'ifau ina ia fesoasoani e fa'amālū ai, ae o ō latou fulufulu fo'i e puipuia ai o latou pa'u mai i le mu i ave o le la, o lea aua le seleina uma.



Taga'i i le www.sPCA.nz mo nisi fesoasoani ma fautuaga mo leni tau mafanafana





Mo nisi faamatalaga



▶ watersafety.org.nz



▶ checkitsalright.nz



▶ spca.nz



▶ sunsmart.org.nz

www.kaingaora.govt.nz