

Puipui ma saogalemu i le vaitau mafanafana

Fautuaga aogā mo oe
ma lou aiga



Puipuia mai le la i le vaiatau mafanafana

Atonu o susulu manaia le la, ae lelei le puipuia o oe lava ma lou aiga mai ave o le la. O nai fautuaga aogā e faamanaia ai evaga i le manaia o le la.



- ! Fai mea e puipuia ai mai le la:** Manaia se pulou lautelē, matatioata e tali ai ave malosi o le la, ma ofu lima uumi e ufiufi atoa ai le pa'u pe a moomia. E lelei ituaiga lavalava e lē paauli, toe manifinifi. Manaia lavalava e saviligia e mālū, ma e lē velasia ai.
- ✓ Faaaoga kulimi mo le la:** Uu le tino i le kulimi SPF 30+ mai le 20 minute a o le i faala. Ta'i lua itula ma toe uu pe toaga e uu i taimi uma pe a aau pe afugia foi.
- ✓ Malolo i se mea paolo:** Faaaoga faamalu, laau, po o faapaologa e mapu i ai mai le la i taimi uma e mafai ai ma aua le faala i taimi sili ona vevela ai mai le 10am i le 4pm. Toe mapu ane i se mea paolo pe a ua vevela tele le la. A e vevela tele, tuu se fasi ie malūlū i lou tuāua pe faasausau le tino i sina vai.
- ! Faitau isi faiga e puipuia ai oe lava** i le [sunsmart.org.nz](https://www.sunsmart.org.nz)
- ✓ Toaga e inu:** la lava le vai o inu i le aso atoa e lē matūtū ai le tino ma ave lau fagu vai, aemaise pe a e fealuai.
- ! Fuafua lelei tafaoga e fai i fafo:** E lelei le vave fai i le taeao tafaoga a o le i taina le 10am pe faatuai i le aoauli pe a te'a le 4pm ua feololo ai le malosi o le la ma tau feololo le vevela.
- ✓ Tautuana le mu o le pa'u i le la:** A e tau faalogoina le mu o le pa'u, fai lavalava, ma agai totonu o le fale e faamālū ai. Manatua, e faateteleina aafiaga o le kanesa o le pa'u pe a mu le pa'u o le tino. A e iloa ua mu lou pa'u, vaai lelei ma faaeteete le soona faala.
- ✓ Suiga i le faiga o galuega:** A mamafa tele i le tino galuega po o ituaiga galuega e tataua na fai i fafo, talanoa i lau pule i lamatiaga mai le vevela ma nisi faiga e tausia ai lou saogalemu faapea paaga o tou faigaluega faatasi.
- ✓ Faamālū le ea i totonu o lou fale:** Seki lau heat pump i le malosi e 24-25 tikeri a o le i vevela tele totonu o lou fale. E faasao ai le eletise ma tupe.

Manatua foi, e sili atu na moomia e pepe puipuiga!

E fai si maaleale tele o le pa'u o pepe, faaeteete le faala o fanau laiti. Vaai po o mālū le tino ma aua le soona faamafiafia lavalava. E tataua na puipuia pepe i se mea paolo, lavalava saviligia ma pulou lautetele. E ono lē fetau se kulimi mo le pa'u e puipuia ai mai le la mo pepe i lalo mai o le ono masina le matutua – faataitai na uu sina kulimi e faapitoa mo ituaiga pa'u e leaga gofie. E maua le tele o isi fautuaga mo le puipuia mai le la i le [plunket.org.nz](https://www.plunket.org.nz)



Tautuana le saogalemu o lou aiga pe a faalatalata i le vai



Manuia evaga ma taelega, ae manatua e faamuamua le saogalemu. Mulimulitai i fautuaga taua nei mo le saogalemu i le vai.

- ❗ **Vaai lelei tamaiti i taimi uma o faalatalata ai i le vai**, aemaise fanau i lalo ifo ma le 5 tausaga le matutua ma e tusa lava pe lelei le aau. E aofia ai vaitaele, taelega, paelo, vaivai, vaitafe ma mea o faatumu i vai.
- ✅ **Aua le ano tele i isi mea** e pei o telefoni po o tusi faitau. Aua le tuua fanau laiti e vaai e tamaiti matutua; e tatau lava ona iai ma se tagata matua.

Tau fai se vaitaele i le vaitau mafanafana?

Mulimulitai i tulafono nei e tausisia ai le saogalemu o lou aiga. E iai tulafono aoao e tatau na usitaia, pe a fai se vaitaele i tuafale o lou fale:

- ✅ **O vaitaele uma**, e oo lava i vaitaele faavaitaimi i luga o le fogaeleele, e tatau lava na fai se pa puipui e lē sao i ai tamaiti. E aofia ai ma tamaiti o le tou tuaoi.
- ❗ **E oo lava i vaitaele faapisipisi e 400mm** le loloto pe ova atu e tatau lava na fai se pa puipui e lē sao i ai tamaiti e leai se isi o vaai.
- ❗ **Faaalu vaitaele o faapisipisi ai** pe a lē faaaogaina: e aofia ai pakete ma container, ma faafaō e lē tumu ai i le vai.
- ❗ **E faia e Housing Support Managers** asiasiga masani i fale. E talosagaina le tatala ese o se vaitaele faavaitaimi mai lou fale, pe afai e lē fetau ma tulafono.

Saogalemu pe a aau

Aau ma se isi: Aua lava ne'i aau toatasi. E aogā se isi lua te toalua e maua ai le fesoasoani pe a tupu faafuasei se faaletonu.

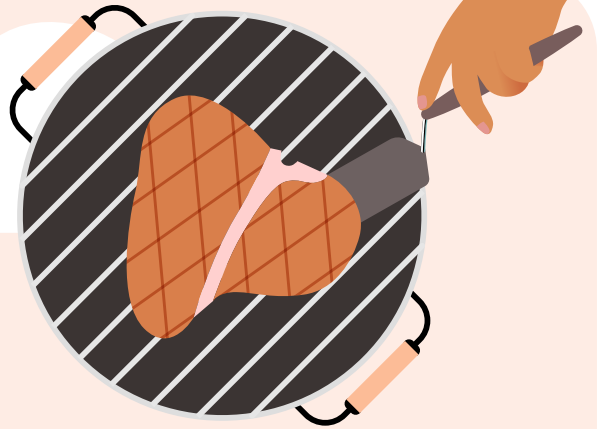
- ✅ **Mulimulitai i fu'a ma leoleo faola:** Aau i vaega o le matafaga ua faailoga e saogalemu na aau ai, ma mulimulitai i faatonuga ua fai atu ai leoleo faola i taimi uma.
- ✅ **Ia e iloa le malosi o lau aau:** Aau i le maualuga e gata mai ai lou malosi, ma aua le aau i mea loloto po o sua malosi ai le vai pe a lē fetau ma oe.
- ❗ **Fai ofu faola mo tulaga e talafeagai ai:** E lelei le fai o ofu faola e ofi lelei, apaa faaopeopea e fai i lima e tau maua ai se isi faiga laveai mo ē e lē o aau, fanau laiti, po o nisi lava o faalatalata i ogavai tetele.
- ❗ **Aua le tagofia le ava malosi ma tafaoga i le vai:** E leai se sagatonu o le mafaufau pe a tagofia le ava malosi, faatali se'i uma na e aau.

Tagai i tulafono atoa mo vaitaele i le [building.govt.nz](https://www.building.govt.nz)



Puipuia mai se afi i le vaiatau mafanafana

E faateteleina lamatiaga o se afi i le vaiatau mafanafana, ma o fautuaga nei e vaai lelei ai lou fale ma lou aiga e saogalemu ai mai se afi.



- !** **Siaki faailo alāasu:** Mautinoa o ola faailo asu, ma ta'i masina ma siaki. Faatasi i le tausaga ma sui maa. E ui i tulaga e fai ma siaki ai e Kāinga Ora faailo alāasu, e lelei lou mataala pea a o faatali le isi asiasiga.
 - ✓** **Faamasani i faiga saogalemu pe a sunusunu meaai:** A o le i amata fai se barbecue, faaoā sina vai e fufulu ai augutu e faapipii i ai le kesi ma vaai pe iai se mea o mama. A iloa atu se oā pe a faola le kesi, o lona uiga ua mama. Fai le barbecue i se mea taalaelae, e lē latalata i le fale, laau o tautau, ma mea e mu gofie. Manatua e tapē le kesi po o malala pe a uma.
 - !** **Aua le tagofia le ava malosi ma falai meaai:** O le mafuaaga sili o le mu o se fale i Niu Sila o le tau tulemoa a o kuka meaai. O le tulaga lava e tasi mo fualaau faasaina.
 - !** **Aua le faola se mea e aunoa ma se isi o vaai:** Tusa lava po o se moligao po o se barbecue, e tatau lava na lata i ai se isi o vaai. Tapē moligao pe a leai se isi i le potu.
 - !** **Faateete i afi o faola i fafo:** Afai o faola se tainaafi, fai sina tama'i tainaafi o puipuia lelei. Aua le tuua se tainaafi e aunoa ma se isi o vaai, ma tapē lelei a o le i toe agai i totonu o le fale.
 - !** **Saogalemu tainaafi tetele:** Na o nofoaga ua faatagaina e tatau na fai ai tainaafi tetele ma faamamao ese mai se mea e ono mu atu ai. Faalatalata i ai se vai ma tapē atoa le afi pe a uma.
 - ✓** **Faamamao ese mea mu gofie:** Faaputu ese mea pei o pepa, ieie po o mea e fufulu ai mai ogaumu, masini faamafanafana ma isi mea e maua ai le vevela.
 - !** **Aua le faia mea faapāpā:** O le tele o nofoaga e faasa ai mea faapāpā i le vaiatau mafanafana. E vave na sosolo ai se afi e fiu e tau tapē, aemaise pe a malosi le savili.
- Tagai i le [checkitsalright.nz](https://www.checkitsalright.nz) mo faamatalaga ma fautuaga i le matautia o le afi ma vaiatau e faatupu ai le afi i le tou vaipanoa.

Valaau le

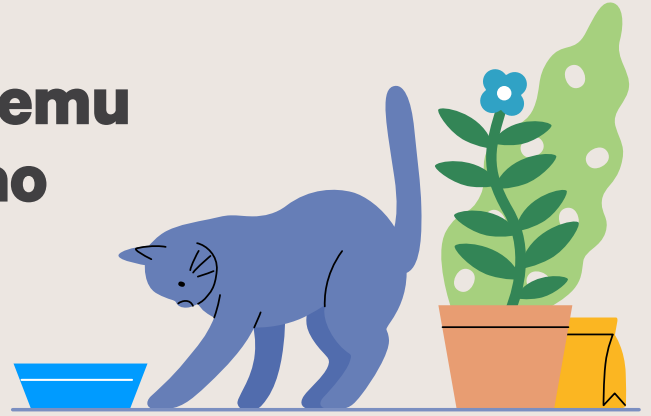
0111

ma talosaga i ai mo le "Fire" (Vaega Tineimu)



Vaai po o mālū, saogalemu ma nofo lelei au fagafao

E sili atu na lagona e meaola le vevela na i lo tatou! O nai fautuaga e tausisia ai le saogalemu o au fagafao.



- ✓ **Lava ma tele le vai:** Mautinoa le mau e au fagafao o vai mamā malulu, aemaise pe a o taa i fafo.
- ✓ **Fai se faapaologa:** Fai se faapaologa mo fagafao o faataa i fafo, pe ave i totonu o le fale pe a mutinitini le la e mālū ai tino o meaola. Fai ma vaai fegasoloaiga o le la i le aso atoa.
- ✓ **Faataatia se fala po o se solo mālū:** E aogā se solo susū po o se fala mālū e faataoto ma mapu lelei i ai lau fagafao.
- ! **Faateete le soona faagaioi:** Taofiofi le soona faagaioi o lau fagafao i aso vevela, ma vaai foliga e iloa ai ua velasia e pei o le mapu sela po o le fauā.
- ! **Tagai i le [spca.nz](https://www.sPCA.nz) mo nisi fautuaga lelei tele mo le vaitau mafanafana ma le vaai o fagafao.**

- ! **Aua le faasavali i auala vevela:** E te iloa le vevela tele o le auala savali po o le oneone pe a pa'i i ai lou lima, na e iloa lea e faapena na lagona e le meaola le vevela tele pe a faasavali ai. Faasavali lau maile i le vaveao po o le afiafi e lē velasia ai mulivae, auā e mu gofie mulivae o maile.
- ! **E mu foi le pa'u o fagafao:** E sili atu na afaina meaola e pa'epa'e le lanu ma tau leai ni fulufulu. Tago e uu le isu, taliga ma le manava i le kulimi e puipuia ai mai le la.
- ! **Aua lava ne'i tuua fagafao i totonu pe a paka le taavale:** Tusa lava pe o faamatala teisi faamalama, e vave lava na sui le vevela i totonu o le taavale ma faaletonu ai le meaola. E sili ai le tuu o meaola i le fale. Faafesootai loa le Ofisa o Leoleo po o le SPCA o lata ane, pe a e tau atu i se maile ua tafiti solo o loka i totonu o se taavale.



Teu faaulelei lou fale ma tuu le faagasu i le vaitau mafanafana!

O se vaitaimi lelei le vaitau mafanafana e tapena ai lou fale ma taofia le faateteleina o faaletonu laiti.



✓ **Faamamā alavai i apa o fale:** A mafai na e tau i ai, aveese laulaau, lālā ma otaota paepae solo mai alavai i luga o apa o fale e lē poloka ma faaleaga e le vai.

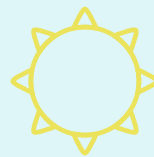
✓ **Siaki pe iai se mea ua mama:** Vaavaai lalo o faatanoa, augutu o faamalama, ma faalo pe ua sao i ai le susū. A e tau ane i se mea ua mama po o galuega fia faaleleia lipotia loa i le Kāinga Ora.

✓ **Teu mamā fafo:** Aveese lapisi, meafale tuai po o gasu o saputu i tuafale mai le sulu ai ma tulaga e mu gofie ai. Manatua e moa le vao ma teu faamanaia lau togalaau.

📞 E tatala le Kāinga Ora Customer Support Centre i le vaitau mafanafana ma e maua i le **0800 801 601**. E mafai foi na lipotia talosaga mo mea o fia lipea pe fia faaleleia i le [MyKāingaOra app](#)

! **Teu ma faatulaga lelei mea o teu ai oloa:** Faaoga le vaitau mafanafana e faatulaga lelei ai totonu o kapoti, kapoti lavalava ma le fale o teu ai meafaigaluega, ma tiai mea ua lē toe moomia.

! **Lapisi ma mea e toe faaoga:** Tiai lapisi ma mea e toe faaoga i kalone a le pulega e tatau na tiai i ai po o nofoaga faitele mo mea tetele. E te maua i le upegatafailagi a le pulega faalotoifale suiga i vaitaimi e ao ese ai le lapisi i le vaitau mafanafana.



Avea lou fale ma nofoaga e mapu lelei i ai i le vaiatau mafanafana!

A vaaia le toatele o tagata e feoai solo, e lelei le faaoga o fautuaga nei e malupuipua ai lou fale.



- !** **Faamasani i ou tuaoi:** E avea masaniga lelei ma tuaoi e vaavaai ai i feoaiga ma lipotia gaiioiga masalomia.
- !** **Loka mau pe a tuua lou fale:** Loka faamalama ma faitotoa i taimi uma, tusa lava pe o fuafua na o sina taimi e te alu ese ai.
- !** **Aua le faataatia matilatila mea taugata:** Teu mea taugata e pei o masini faatekonolosi po o tinoitupe i se mea e lē iloa atu ai ma aua le faalatalata i faamalama.
- !** **Faola moli auala i le fale:** Faola moli i fafo o lou fale e faateia ai le au soli vale ma e iloa gofie atu ai le auala i lou fale.
- !** **Nofo mataala:** A e nofo i se fale tele faitele, aua e te faataga nisi e ulufale atu pe a leai sana ki po o se swipe card.
- ✓** **Nofouta i fesootaiga televavave:** Aua le faasalalau i fesootaiga televavave au fuafuaga e te malaga ese ai po o le faailoa o le nofoaga ese lena ua e iai. Manaia le faatoa faaali o au ata pe a e toe talii i aiga i le uma ai o tafaoga.
- !** **Lipotia amioga masalomia:** A e iloa ni uiga e lē masani ai i le tou tuaoi faafesootai lau Housing Support Manager po o Leoleo. E fesoasoani lou nofo mataala i le tausisia o le saogalemu o tagata uma.

Tietiega i le vaiatau mafanafana

E fia taunuu ma le manuia feoaiga mo i tatou uma, ma e sili atu na taua i vaiataimi e pisi tele ai le auala i le vaiatau mafanafana. O le faamoemoe i le NZ Police le tuuitiitia o taavale lavevea i le tausaga atoa. O le a e maitauina foi le tele o Leoleo feoai i luga o le auala ma faamalosa tulafono e tausisia ai le saogalemu.

la mautinoa tulaga nei:

- Fai lou fusipau faapena foi i le pasese.
- E te lē o lēlavā ma ave le taavale (ona o le ava malosi, fualaa faasaina po o le ivā).
- E leai se mea o fai ma faalavelave e pei o lau telefoni feaveai, po o lau pasese.
- E fetau le saosaoa ma maila faatulagaina ma faafetaui i tulaga o le auala.
- !** Siaki pa'u, mafiafia o pa'u ma le vae taofi a o le i malaga ese. Mautinoa ua lava lau malologa ma afai e mafai, se isi e iloa aveave lua te fesuai pe a malaga mamao.



Moomia sina fesoasoani i le vaiata mafanafana?

E ui i le manaia o tafaoga i le vaiata mafanafana, e tele ina avea ma vaiata e faaalu ai le tele o tupe ma faalavelave ai fuafuaga a aiga. E iai vaiataimi o le soifuaga tatou te moomia ai se fesoasoani faapoopo. O nisi nei o punaoa ma auauanaga taua e faafaigofie ai.



Pusa Meaai: A moomia se fesoasoani tau meaai, faafesootai se faalapotopotoga e maua atu ai se pusa meaai o faamauina i le [foodbank.co.nz](https://www.foodbank.co.nz)

Fesoasoani Tala o le Tupe: A moomia se fesoasoani i le tau faasoasoina o tupe ma faavasega lelei au seleni, tagai i le [sorted.org.nz](https://www.sorted.org.nz)

Need to talk: A pologa le mafaufau po o le lofituina, valaau pe lafo se feau tusitusia i le 1737 e talanoa ai i se faufautua aoaoina lelei e aunoa ma le faailoa o lou tagata moni. O se auauanaga maua fua 24/7.

Moomia se fautuaga: A moomia se fautuaga faaletulafono po o se lagolagosua, faafesootai le Citizens Advice Bureau o lata ane mo se faatalanoaga e lē faalauaitelina. E maua se ofisa o lata ane i le [cab.org.nz](https://www.cab.org.nz)

Community Alcohol and Drug Support: A e moomia se fesoasoani po o se tasi o lou aiga, valaau le 0800 787 797 pe lafo i ai se feau tusitusia i le 8681 e talanoa i se faufautua aoaoina lelei e aunoa ma le faailoa o lou tagata moni. O se auauanaga maua fua 24/7.

Visiting Service: O le Age Concern Visiting Service e faapitoa mo tagata matutua o fia maua se isi o galue tauofo e maua ai sana paaga la te faifai mea faatasi. E faamaonia e leoleo ma aoaoina lelei sui o galulue tauofo, ma e maua le itula o vaiaso taitasi lua te talatalanoa ma faifai mea faatasi ai. E mafai na asiasi atu i le fale o soifua ai le tagata, pe fai se lua evaga i fafo atu ma le fale. E faalagolago le fetai o le tagata lua te faamasani i uiga faaletagata, mea e fiafia faatasi i ai, manaoga tau tu ma agaifanua, nofoaga, ma iloiloga e iloa ai le fetai lelei.

Afai o se fesoasoani lea o e moomia po o moomia e se isi, faamolemole faafesootai le ofisa Age Concern i le 0800 652 105 pe tagai i le www.ageconcern.org.nz

Leoleo ma auauanaga faalavelave faafuasei: A e moomia se fesoasoani mai le Ofisa o Leoleo po o auauanaga faalavelave faafuasei:

- Valaau le 111 mo faalavelave faafuasei po o tulaga ua moomia vave ai se fesoasoani
- Valaau le 105 mo faalavelave faafuasei e lē moomia vave ai se fesoasoani.

Mo nisi faamatalaga



► [sunsmart.org.nz](https://www.sunsmart.org.nz)



► [watersafety.org.nz](https://www.watersafety.org.nz)



► [checkitsalright.nz](https://www.checkitsalright.nz)



► [spca.nz](https://www.sPCA.nz)



► [ageconcern.org.nz](https://www.ageconcern.org.nz)



► [police.govt.nz](https://www.police.govt.nz)

[kaingaora.govt.nz](https://www.kaingaora.govt.nz)