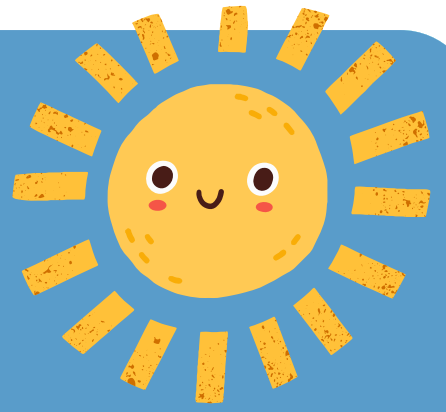




Puipuiga saogalemu i le **VAITAU MAFANAFANA**



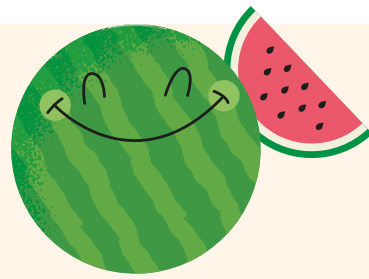
Fautuaga aogā mo oe
ma lou aiga

E maua i le te reo Māori, Gagana
Samoa, Lea-Faka Tonga ma le
Faa-Saina i le [kaingaora.govt.nz](https://www.kaingaora.govt.nz)



Kāinga Ora
Homes and Communities

Puipuia mai le la i le **VAITAU MAFANAFANA**



Ua tatou aulia le vaitau mafanafana, ma e taua le puipuia o oe ma lou aiga mai ave malosi o le la. E amata atu **nei seia aulia Aperila**, na e toaga e puipui lou tino i taimi uma e te agai ai i fafo, aemaise mai le **10am i le 4pm**. Ia **lloa** auala faigofie – e pei o auala nei e tausisia ai le saogalemu:

- ❗ **Fai lavalava e puipuia ai mai le la:** Fai lavalava e ufiufi ai se vaega tele o le pa'u, e pei o mitiafu fai kola ma lima uumi, ofuvae uumi, ofuvae tau i tuli, po o sakete. E sili ai ituaiga lavalava e lē valavala tele ma ituaiga paauli e puipuia ai mai le la.
- ✅ **Faapaologa:** Vaai se laau paolo, faleie, fale, po o se mea e tali ai le la e nofonofo ai. E lē na o le telefoni feaveai e mafai ai na e nofonofo – vaai se mea paolo! E tali e le faamalu po o se faleie le la, po o se mea paolo feaveai pe a lē fetui lavalava o fai.
- ✅ **Kulimi e puipuia ai mai le la:** Faaaoga ituaiga kulimi e uu ai le pa'u o tusia ai le broad-spectrum, water-resistant sunscreen ma le malosi e **SPF 30**. O faatusatusaga masani mo tagata matutua e moomia le **1 sipuniti** le telē e uu ai le: ulu (foliga, ua ma taliga), lima, ogalima, luma ma ou tua. Uu le tino i le kulimi e tali ai le la pe a toe 20 minute agai i fafo, ma toe uu i le ta'i lua itula, po o le uma ai na aau po o se faaafu.
- ✅ **Fai se pulou:** Fai se pulou lautelē, e paologia ai ou foliga, ua, ma taliga. E pito lina ma mu foliga ma le ua i le la.



- ❗ **Fai se matatioata:** E manaia ituaiga e mau lelei ma e pupuni ai foliga o le ituaiga **AS/NZS 1067 :2016**. E lē o matatioata uma e mafai na puipuia ai mai ave malosi o le la, e lelei le faitau muamua le malosi o tusi ai.
- ❗ **Vaai le malosi o le UV:** E fautuaina le puipuia mai le la pe a tau malosi o le UV i le 3 pe ova atu, po o taimi foi e umi ai na e faala. E te iloa le malosi o le UV i le tou vaipanoa i le **polokalame maua fua UVNZ app** po o le upegatafailagi a le **NIWA**. E maua nisi faamatalaga i le sunsmart.org.nz
- ✅ **Sauni lelei mo tafaoga i fafo:** Taumafai e fuafua tafaoga i fafo a o le i taina le 10am po o le te'a o le 4pm, o taimi ua tuuaitia ai le malosi o le UV. A e agai i fafo mai le 10am i le 4pm – fai lelei lavalava, vaai se mea paolo, uu le tino, ma fai se matatioata.
- ✅ **Toe faatulaga le faiga o galuega masani:** Talanoa i lau pule pe afai e tele na e galue i fafo, i aafiaga o ave malosi o le la ma faiga e tausisia ai le saogalemu o lau vaega faapena ma oe.



E moomia tele **NA PUIPUIA** pepe mai **LE LA** ma **LE VEVELA!**

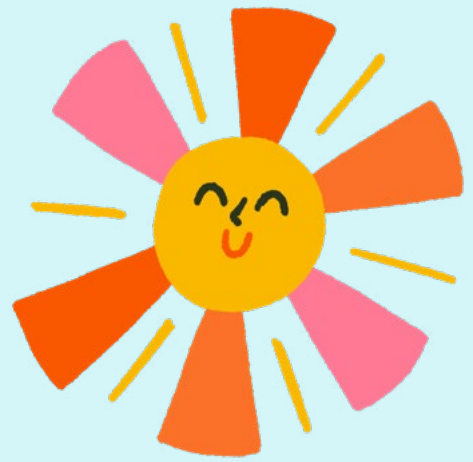
- Aua le lina pepe e vave lava na leaga ai lona pa'u. Nofonofo i se mea paolo, fai se pulou lautelē ma lavalava manifinifi, e saviligia ma ufiufi ai le pa'u; aua le faamafiafia lavalava.
- Atonu e fia 'ai soo pepe i le vave o le tau, toaga le tinā o faasusu pepe e inu le vai.
- E vave lava na velasia totonu o taavale; vaai pe le o velasia taavale feaveai ma aua le tuua na o tamaiti i le taavale. Vaai pe o maua se savili manaia i le taavale toso a tamaiti; aua le faamoea pepe i le taavale toso e vave na velasia ai.

E maua isi fautuaga mo le puipuia mai le la i le plunket.org.nz



Malamalama i Ave Malosi o le La ma le Faaeteete i le La i le sunsmart.org.nz

Tautuana le SAOGALEMU O LOU AIGA pe a faalatalata i le vai



Manuia evaga ma taelega i le vaitau mafanafana, 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 laiti ifo ma le lima tausaga le matutua ma e tusa lava pe lelei le aau. E aofia ai vaitaele, taelega, paelo vai, 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 na vaai e se tagata matua.

Tau fai se vaitaele i le vaitau mafanafana?

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

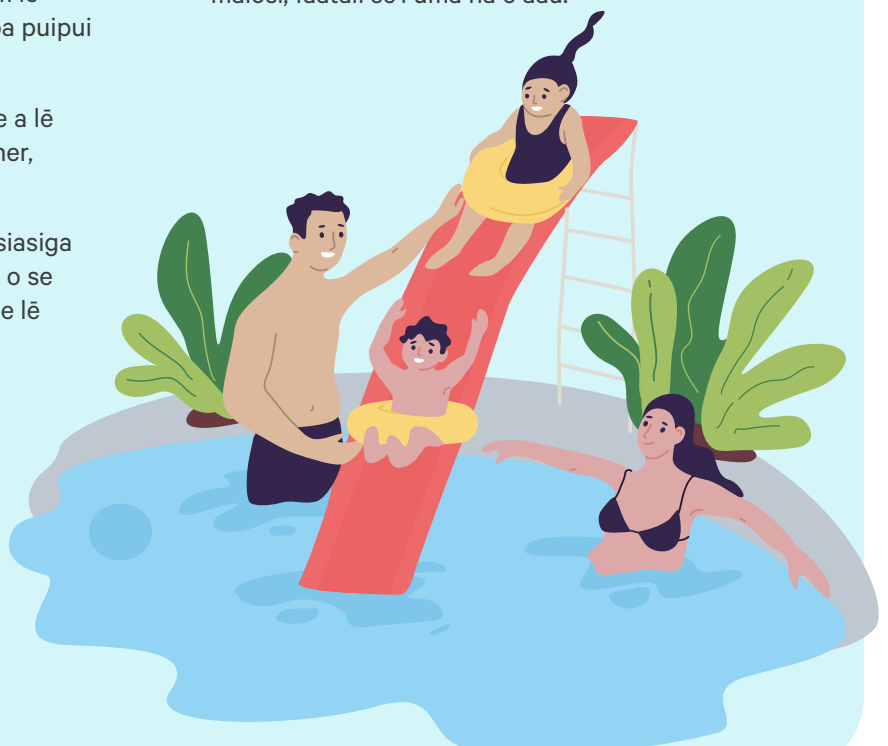
- ✅ **O vaitaele uma**, e oo lava i vaitaele tetele lē tumau i tuafale, e tatau lava na fai se pa puipui e lē sao i ai tamaiti. E aofia ai ma tamaiti tou te tuaoi.
- ❗ **E oo lava i vaitaele faapisipisi** e 400mm le loloto pe ova atu e tatau lava na fai se pa puipui e lē sao i ai tamaiti e leai se isi o vaaia.
- ❗ **Faaalu le vai mai vaitaele faapisipisi** pe a lē faaagaina: 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.



Tagai i tulafono atoa mo vaitaele
i le **building.govt.nz**

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 faaola**: Aau i vaega o le matafaga ua faailoga e saogalemu na aau ai ma mulimulitai i taimi uma faatonuga ua fai atu ai leoleo faaola.
- ✅ **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 vaega o sua tele ai le vai pe a lē fetau ma lou malosi.
- ❗ **Fai se ofu faaola**: E tatau na fai se ofu faaola pe a faifaiva po o se tietiega vaa, faapena foi pe a lē taelele i le vai, fanau iti, po o se isi o faalatalata i le vai. E fesoasoani se ofu faaola e ofi lelei, apaau faapipii po o isi mea e saogalemu ai.
- ❗ **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.



PUIPUIA MAI SE AFI i le vaitau mafanafana

E faateteleina lamatiaga o se afi i le vaitau 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 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. E tatau na tapē le kesi po o malala pe a uma.

❗ **Aua le tagofia le ava malosi ma falai meaai:** O le mafuaaga tele o fale ua mu i Niu Sila o le tau tulemo e a o kuka meaai. O le tulaga lava e tasi mo fualaau faasaina.

❗ **Aua le tuua se mea o mumū e aunoa ma se isi o vaaia:** Tusa lava po o se moligao po o se barbecue, e tatau lava na i ai se isi o vaaia. Tapē moligao pe a lei se isi i le potu.

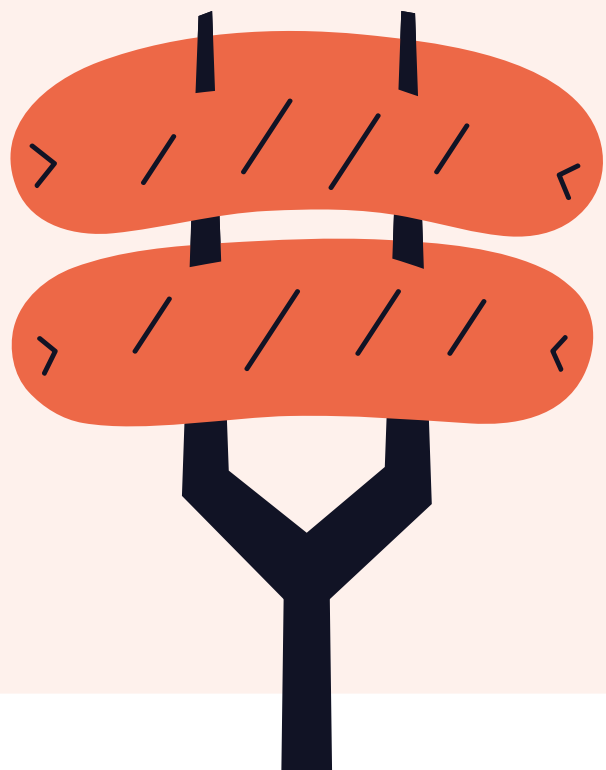
✅ **Faateete i afi o mumū i fafo:** A faamumū se ogaumu, faalaitiiti ma puipui lelei. Aua le tuua e aunoa ma se isi o vaaia ma tapē lelei a o le i toe agai i totonu o le fale.

❗ **Saogalemu tainaafi tetele:** Na o nofoaga ua faatagaina e tatau na fai ai tainaafi tetele ma faamamao ese mai mea e ono mu atu ai. Tatau na sauni se vai ma mautinoa ua pē atoa le afi pe a uma.

✅ **Teu ese mea mugofie mai se mea o mumū:** Teu ese mea pei o pepa, ieie po o mea e faamamā ai mai ogaumu, masini faamafanafana ma isi mea e mumū ai se afi.

❗ **Aua le faia mea faapāpā:** O le tele o nofoaga e faasa ai mea faapāpā i le vaitau mafanafana. E vave na sosolo se afi ma fiu e tau tapē, aemaise pe a malosi le savili.

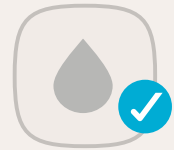
📺 **Tagai i le [checkitsalright.nz](https://www.checkitsalright.nz)** mo faamatalaga ma fautuaga i le matautia o se afi ma le vaitau faatupu mu i le tou vaipanoa.



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.

Si o'ū alofa...



✓ **Saunia mau vai fou:** Mautinoa o maua e au fagafao vai mamā malulu, aemaise pe a faatataa i fafo.

✓ **Fai se faapaologa:** Fai se faapaologa mo fagafao o faatataa 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.

! **Faaeteete 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.

! **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 mugofie mulivae o maile.

! **E mu foi le pa'u o fagafao:** E sili atu na afaina meaola e vaivai 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 le tuua fagafao i se taavale o paka:** E mate le maile pe a vevela le taavale – a e alofa i ai, aua le tuua i le taavale.

! E lē atoa le 15 minute e tau ai le malosi o le vevela i totonu o le taavale i le 50°C, i aso mafanafana. E leai se suiga tele tusa lava pe paka le taavale i se mea paolo ma faamatala teisi faamalama. E vave lava na afaina le maile i le vevela, ma faaletonu ai – e afaina ai le faiai, faaletonu ai totoga po o le mate ai, ma e 39–50 pasene mauuluga o maile ua mamate ai.

! O se soligatulafono le tuulafoai o lau maile i le taavale i lalo o le Animal Welfare Act ma e ono sala ai i le \$300. Tuu le maile i le fale, pe a e lē mautinoa pe fetai na ave i le nofoaga o agai i ai! Aua le faatali, pe a maua atu se maile i totonu o se taavale ua vevela lava. Valaau le **SPCA** i le **0800 SPCA NZ**, po o le Ofisa o Leoleo.



Tagai i le [spca.nz](https://www.spcanew Zealand.org)

mo nisi fautuaga mananaia mo le vaitau mafanafana ma le vaaiga o fagafao.

TEU FAAAULELEI 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 mugofie ai. Manatua e moa le vao ma teu faamanaia lau togalaau.
- ! **Teu ma faatulaga lelei mea o teu ai oloa:** Faaaoga 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 faaaoga:** Tiai lapisi ma mea e toe faaaoga i kalone a le pulega e tataua 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.

FIA LIPEA?



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**



Taofi le **FAATETELEINA** o **FAALETONU** laiti



Fai lou fale ma apitaga e **MALU** i ai i le **VAITAU** **MAFANAFANA!**

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



- ! Faamasani i le tou tuaoi:** E taua tele le faamasani i tagata o tou tuaoi e maua ai avanoa e tausia ai le saogalemu o tagata uma. E tele na fefaasoaai, fetausiai, ma felagolagomai tagata ua masani ma iloa isi, i le taimi e moomia ai.
- ! 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.
- ! Faaola moli auala i le fale:** Faaola 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 tausia o le saogalemu o tagata uma.



Tietiega i le vaitau mafanafana

E leai se isi e lē manao ia taunuu ma le manuia feoaiga, ma e sili atu na taua i vaitaimi e pisi tele ai le auala i le vaitau mafanafana. O le faamoemoe i le Ofisa o Leoleo le tuuaititia o taavale laveve i le tausaga atoa. O le a e maitauina foi le tele o Leoleo feoi i luga o le auala ma faamallosia tulafono e tausia ai le saogalemu.

Ia mautinoa tulaga nei:

- Fai lou fusipau faapena foi le pasese.
 - E te lē o lēlavā ma ave le taavale (ona o le ava malosi, fualaau faasaina po o le ivā).
 - O lena e fetau lelei le saoasaoa ma maila faatulagaina ma fetuunai le saoasaoa i tulaga o le auala.
 - E leai se mea o faalavelave e pei o lau telefoni feaveai, po o lau pasese.
- ! 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 fesui ai pe a malaga mamao.



FESOOTAI
MA TUAOI

FESOASOANI E
PUIPUI
TAGATA



FAITAU nisi
o fautuaga mo le
saogalemu o tuaoi:



Moomia se FESOASOANI FAAPOPO i le vaitau mafanafana?

E ui i le manaia o tafaoga i le vaitau mafanafana, e avea foi ma vaitau e faaalu ai le tele o tupe ma faalavelavea ai fuafuaga a aiga. E iai vaitaimi o le soifuaga tatou te moomia ai isi fesoasoani mai tulaga masani ai. O nisi nei o punaoa ma auaunaga e faafaigofie ai.



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

Fesoasoani Tala o le Tupe: Mo fesoasoani e tau faasoaso ma tau faavasega 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 ma e lē faalauaiteleina e aunoa ma le faailoa o lou tagata moni. O se auaunaga maua fua 24/7.

Moomia se fautuaga: Mo fautuaga faaletulafono po o se lagolagosua, faafesootai le Citizens Advice Bureau o lata ane mo se faatalanoaga e lē faalauaiteleina. 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 auaunaga 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 fetauti o le tagata lua te faamasani i uiga faaletagata, mea e fiafia faatasi i ai, manaoga tau tu ma agaifanua, nofoaga, ma iloiloaga e iloa ai le fetauti 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 auaunaga faalavelave faafuasei: Pe a moomia se fesoasoani mai le Ofisa o Leoleo po o auaunaga 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)



► [neighbourhoodsupport.co.nz](https://www.neighbourhoodsupport.co.nz)

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