



Faamatalaga mo le Lapataiga Vaega 3

O le COVID-19 o se siama matuiā e lē faatusalia i se isi lava mea ua vaaia muamua. Mo le soifua lelei o a tatou tagata, afioaga, ma le tamaoaiga, e tatau ona tatou taumafai e faaumatia le siama.

O loo tatou iai pea i le Vaega 4. O loo tatou faia faatasi gaioiga uma e talia gatā, mo le puipuia o i tatou lava, tatou aiga ma lo tatou atunuu.

Ua iloga suiga lelei ua tatou faia a'o tatou iai i le Vaega 4. Peitai e lē o mafai ona tineia le siama. E mafai ona toe pepesi le siama. E lē tatau ona tatou vave laasia le Lapataiga Vaega 3 e faaleaogāina ai galuega lelei sa tatou faia.

E lē o iai ni suiga tele pe a laasia le Lapataiga Vaega 3, o le a maitauina pea le ese o le soifuaga i aso taitasi a'o lē i alia'e le COVID-19. O le a maua nisi faamatalaga tau soifuaga i lalo o le Vaega 3 i le vaiaso fou.

E tatau pea ona tatou 'nonofo i fale, ma faasao soifua'. E tāua le fufulu pea i taimi uma o ou lima i le fasimoli ma le vai. Aua le lotea ou foliga. Pupuni lou fofoga pe a e tale. Nonofo i le fale pe afai ua e ma'i.

Vili lau GP ma fai sau siaki pe afai ua e faalogoina āuga. Vili lau GP mo nisi manaoga tau soifua maloloina – aua e te faatali.

E tatau i tagata matutua ma i latou o loo feagai ma ni gasegase o le tino ona nonofo i le fale pe a mafai, ma ia faaeteete lelei pe a tuua le fale. E mafai e tagata matutua ona filifili e toe foi i galuega.

Nofoaga o loo e nonofo ai


Tausi i le nofoaga o loo e nonofo ai – lou aiga. Tausi le to'alaiti o tagata tou te nonofo faatasi ma ia malupuipuia. Ua mafai ona faaopoopo se vaega to'alaiti mai isi o lou aiga, poo nisi e faia se tausiga faapitoa, poo se tasi sa nofo toatasi.

E tatau ona to'alaiti tagata tou te nonofo faatasi, ma ia tau lava o tagata o loo tou nonofo vavalalata.

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

**Unite
against
COVID-19**
INFORMATION FOR
PACIFIC PEOPLES



Afai o iai se tasi o loo ma'i, taumafai ia faia tulaga uma e faanofo ese ai mai le aiga atoa seia malosi lelei.

Afai e te lē o malupuipua i le nofoaga o loo e iai, saili se fesoasoani mai lou tuaoi poo sau uo e vili ai Leoleo pe a moomia. Faaeteete lava pe afai ua fai si matua o lou soifua, poo e feagai foi ma se gasegase o le tino. Faatonu lau faatau e momoli atu i le fale.

Faafiafiaga

A e alu i fafo mo se faamalositino, tautuana lou saogalemu, tausi i le nofoaga o loo e nofo ai, ma tausi le 2 mita e te faamamao ai mai isi tagata tou te lē o nonofo faatasi. Aua le faaaogāina faatasi mea e faaaogā e faamalositino ai ma isi tagata tou te lē o nonofo faatasi.

E faataga ona e alu i se paka poo se matafaga lata ane e te a'au ai. E mafai ona e alu i se taavale pe a moomia.

E faasā ona e nofo i se fale tu lata i le matafaga o avanoa.

E faataga ona e faasee i galu, savali pe tietie lau uila i auala e faigofie ona uia i luga o le mauga, pe a e masani lelei ai. E faataga ona e fagota mai le uafu poo vaega o le matafaga e gata ai le sua o le sami, ae faasā ona e fagota mai luga o se vaa. Alofia le fagota i luga o papa.

E faasā tūligāmanu, tietiega vaaafi ma vaafailā ma soo se taaloga poo toleniga fai 'au.

Aoaoga

E tatau i tamaiti uma ona amatalia aoaoga. E tatau i tamaiti e oo atu i le tausaga 10 ona toe foi i aoga pe afai ua tatau ona toe foi o latou matua i galuega, pe lē o mafai foi ona aooga mai le fale. E tatau i tamaiti aoga tausaga 11-13 ona aoga mai le fale.

O le a puipua lelei tamaiti i totonu o aoga. O le a faatino aoaoga i vaega to'alaiti, ma e lē putuputu faatasi. O le a faamamā fola i vailaau.

E to'alaiti tamaiti e mafai ona toe foi i Early Learning Centres. O le a tapunia pea play centres ma play groups. O le tele o aoaoga a iunivesite o le a faia i luga o le initaneti, ma vaega to'alaiti.

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

**Unite
against**
COVID-19
INFORMATION FOR
PACIFIC PEOPLES



Galuega ma pisinisi

E tatau i tagata faigaluega ona faatino galuega mai le fale pe a mafai ai.

E mafai i pisinisi ona toe faafaigaluega tagata pe afai e lē o mafai ona latou faigaluega mai le fale ma e mafai ona faigaluega ma le saogalemu. E faasā faafesagaiga ma le mamalu o le atunuu (se'i vagana ai Supamaketi, pamu penisini ma faletalavai, o loo faataga ai). E tatau i tagata faigaluega ona tausi le tasi mita e faamamao ai (e leai se afaina o le tasi mita i totonu o falefaigaluega, peitai ia tausi pea le lua mita i isi nofoaga uma), ma e tatau ona faamamā i taimi uma fola i se vailaau. E tatau ona faamau lelei faamatalaga o tagata o loo galulue faatasi.

E faataga faleoloa ma pisinisi gaosi meaai ona tufa meaai i tagata faatau, poo le faatonu foi e tagata faatau o meaai a'o lē i pikia, ae e lē mafai ona faafesagai ni fefaatauaiga.

E lē mafai i soo se pisinisi ona fesootai vavalalata ma tagata faatau. E aofia ai pisinisi e pei o fale'otiuulu, fofō ai tino, faamamāina o fale, poo fefaatauaiga faasolo i fale taitasi. E tatau ona tumau pea le tapunia o pisinisi nei.

O auaunaga tau malosiaga faaeletise, fau fale ma palama, e mafai ona faataga i lou fale, pe afai o loo tausi le 2 mita e faamamao ese mai ia te oe.

Femalagaiga ma feoaiga

E mafai ona e fealuai i auala o feoaiga lautele i le nofoaga o loo e nofo ai e te alu ai i le galuega poo le aoga. E mafai ona e fealuai i le nofoaga o loo e nofo ai mo sau faatau, poo faamalositino. E mafai ona e faaaogā auala o feoaiga lautele e te alu ai i le galuega poo le aoga, ae ia 2 mita le mamao e te nofo ese ai mai isi.

E faasā ona e malaga atu i se vaalele mo se isi itumalo se'i vagana o loo e faigaluega i auaunaga sili ona moomia.

E faasā ona e malaga ese mo sau tafaoga, poo lou alu i se supamaketi mamao ese atu ma le nofoaga o loo e nofo ai, poo lou alu i se isi itumalo mo se aso fanau.

Faapotopotoga

E vave ona pepesi le siama i totonu o faapotopotoga. Peitai ua mafai nei ona faataga faapotopotoga e lē silia atu ma le to'a 10 tagata e auai ai mo maliu ma faaipoipoga. E faasā ona faia se faaāfe poo se taumafataga.

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

**Unite
against**
COVID-19
INFORMATION FOR
PACIFIC PEOPLES