



Ituaiga lagolagosua ma le nofoaga e maua atu ai

Afai ua lamatia lou soifua, vili le 111.

E maua lipoti lata mai, i le www.civildefence.govt.nz faapena fesootaiga televavave ma le initaneti a le Civil Defence Emergency Management Group.

Mataupu

- [O ese ma apitaga](#)
- [Feoaiga tau taavale ma femalagaiga](#)
- [Fesoasoani tau tupe](#)
- [Soifua maloloina ma le ola manuia](#)
- [Fesoasoani mo tagata e iai manaoga faapitoa](#)
- [Fesoasoani mo aiga Māori](#)
- [Fesoasoani mo tagata Pasifika](#)
- [Fesoasoani mo ituaiga tagatanuu](#)
- [Tagatanuu atunuu ese](#)
- [Tausiga lelei o meaola](#)
- [Inisiua](#)
- [Tagata mautotogi ma tagata e ona fale](#)
- [Aoga ma aoga amata](#)

O ese ma apitaga

O ese

A moomia na tou o ese, faamolemole sulufai i uo po o aiga pe a mafai.

A le fetui na nonofo ai ma aiga, agai i se Civil Defence Centre. E maua i le upegatafailagi Civil Defence Emergency Management Group le lisi o Civil Defence Centres o tatala.

Ave meatotino e ono moomia. E aofia ai fualaaui, lavalava mafanafana ma mea mo le tausiga o pepe.

Ave lau taifau, pe afai o se maile e fesoasoani i se manaoga faapitoa.

A faaletonu na maua se Civil Defence Centre, faafesootai le tou Civil Defence Emergency Management Group e faatalanoa nisi auala.

E te maua se Civil Defence Emergency Management Group i le www.civildefence.govt.nz/find-your-civil-defence-group/.

Feoaiga ma femalagaiga

Femalagaiga i le auala

Mulimulitai i fautuaga ua avatu e le tou Civil Defence Group ma pulega faalotoifale.

E maua faamatalaga tau feoaiga ma femalagaiga i fesootaiga televavave a le NZ Transport Agency, po o le www.nzta.govt.nz/traffic-and-travel-information/

Faaaoga le NZ Transport Agency Journey Planner e fuafua i ai se tou faigamalaga i le www.journeys.nzta.govt.nz/journey-planner/

Fesoasoani tau tupe

Fesoasoani tau tupe

A tau faasoaso tupe faaalu mo mea sili ona moomia, o se tulaga lena e ono maua atu ai se fesoasoani mai le Work and Income. E leai se afaina pe afai e te faigaluega.

E le tutusa aafiaga i tagata uma. Atonu e maua atu i le Work and Income se fesoasoani e faatupe ai mea nei:

- mea e faaaoga e momoe ai,
- meaai,
- fale mautotogi,
- pili o le eletise,
- mea fia lipea, po o le
- fia sui o mea o faaaoga i le fale.

O le ituaiga fesoasoani e mafai na maua ma e faalagolago le toe totogi i tulaga patino.

Tagai i le www.workandincome.govt.nz pe valaau le 0800 559 009 mo nisi faamatalaga.

Fesoasoani mai faletupe

A e maua i se tulaga faigata tau tupe ona o se faalavelave faafuasei, faafesootai lau faletupe i se taimi vave e mafai ai.

E mafai na faatalanoa lau mataupu ma se sui o le faletupe e patino ma tulaga faapenei.

E tele auala e mafai na fesoasoani atu ai faletupe. E aofia ai le:

- Sui o tupe totogi na o tului e totogi mo se vaitaimi puupuu, ma le
- Faaleaogaina o tupe totogi mo teugatupe faavaitaimi ua vave na faamotu. E lē tutusa uma tulaga. O le vave na faatalanoa o lau mataupu ma le faletupe, o le lelei foi lena o se fesoasoani e maua atu.

Soifua maloloina ma le ola manuia

Tausiga faalesoifua maloloina

E maua tausiga faalesoifua maloloina i taimi o moomia ai.

A ua e tigaina ma moomia se togafitiga faanatinati, saili loa se fesoasoani i se falemai mo tulaga faafuasei **pe valaau le 111**.

E le o se faalavelave faanatinati? Faafesootai le Healthline i le 0800 611 116. E maua fua fautuaga mai tomai faalesoifua maloloina e auala atu i le Healthline mo le 24 itula i le aso, 7 aso o le vaiaso. E aofia i fautuaga le nofoaga ma le aso e mafai ona fai ai se siaki ma togafitiga pe afai o se tulaga lena o e moomia.

E iai se GP po o se vaega faalesoifua maloloina ua e lesitala ai? Faafesootai lau GP po o le vaega faalesoifua maloloina o vaaia oe e faatonu ai se avanoa. Atonu e mafai na maua i le taimi lava lea se avanoa e vaai ai le fomai pe a e faamatala i ai le faaletonu.

Afai e leai se fomai ua e lesitala ai po o le leai ma se avanoa i se taimi vave e vaai ai le vaega faalesoifua maloloina o vaaia oe, ona faasolo lea o au fuafuaga i se falemai mo tulaga faanatinati o lata ane. E le moomia na faatonu se avanoa, ae e te faatali.

Saili se falemai mo tulaga faanatinati i le www.healthpoint.co.nz/gps-accident-urgent-medical-care/.

Fualaau faatonuina e le fomai

A uma fualaau na faatonuina e le fomai po o tulaga foi ua le maua ai, e sili ai loa le toe vaai o le fomai mo se talavai fou.

Atonu e mafai na fesoasoani atu le faletalavai, pe a ua le mafai na vaai se fomai. Atonu e mafai e le fomai talavai na avatu fualaau ona ua moomia

tele mo le tolu aso. E fai si taugata talu ai e le o faatupea e le Malo le ituaiga faiga lea.

E maua le lisi o faletalavai i le www.healthpoint.co.nz/pharmacy/.

Togafitiga faaaoga ai le eletise

A moomia le eletise mo masini e maua ai se togafitiga mo se gasegase, fualaa po o masini o faamanava ai ma e leai se eletise faaleoleo, faafesootai le tou kamupani fai eletise e faamatala i ai tulaga patino faapenei. A le aualā lea faiga, faafesootai le faalapopotoga na maua atu ai le masini. A leai lava, ona valaau lea o le 111.

Soifua Manuia

E faatupu le atuatuva tele pe a tupu se faalavelave faafuasei. O se faalogona masani pe a vevesi le mafaufau. E aogā tele le talanoa i tagata ma fesoasoani i isi.

O tulaga ua atuatuva ai, mafatia pe afaina ai le mafaufau, valaau pe lafo se feau tusitusia i le Need to Talk? i le 1737. E maua le faufautua aoaoina lelei lua te talatalanoa, e aunoa ma se tupe e totogi mo le 24 itula i le aso, 7 aso o le vaiaso.

O lagolagosua maua fua e faafesagai ai mo tulaga i le manuia o le mafaufau, tagai i le www.wellbeingsupport.health.nz.

E taua le taumafai ia lava lau moe i vaitaimi o fesouaina ai le soifuaga.

O nai fautuaga i faiga e maua ai se moe lelei i le

www.healthnavigator.org.nz/sleep-tips/.

Talanoa i le fanau i mea o tutupu, pe a aafia i se faalavelave faafuasei.

O nai fautuaga i faiga e mafai ai e tamaiti ona gafatia se mala faalenatura i le www.kidshealth.org.nz/coping-natural-disaster.

E maua le tele o punaoa e patino i le manuia o le mafaufau i le

www.getready.govt.nz/mental-wellbeing/.

Lagolagosua nuu maouta

E maua le fesoasoani e auala atu i le Rural Support Trust mo fai faatoaga.

Faafesootai le Rural Support Trust 0800 Rural Help (0800 787 254) pe tagai i le www.rural-support.org.nz.

Fesoasoani mo tagata e iai manaoga faapitoa

Lagolagosua lautele

A ua e moomia vave se fesoasoani, valaau le 111. A faaletonu le faalogo pe faigata na talanoa i luga o le telefoni, e mafai na e lesitala mo le auaunaga 111 TXT i le www.police.govt.nz/111-txt.

O lagolagosua faalesoifua maloloina, faafesootai le Whakarongorau Aotearoa, New Zealand Telehealth Services. Telefoni 0800 111 213 po o feau tusitusia 8988.

A faaletonu le faalogo pe faigata na talanoa i luga o le telefoni, e mafai na e faaaoga le New Zealand Relay Service e te fesootai ai ma isi i luga o le telefoni. E te iloa le faiga e faaaoga ai le auaunaga i le www.nzrelay.co.nz.

O ese ma ave taifau faasinoala

Ave lau taifau faasinoala i le Civil Defence Centre pe a ua moomia na e alu ese. Ave mea e te iloa e moomia mo oe ma lau taifau. E aofia ai masini faatekonolosi, fualaau, lavalava mafanafana ma mea mo le tausiga o pepe.

Togafitiga faaaoga ai le eletise

A moomia le eletise mo masini e maua ai se togafitiga mo se gasegase, fualaau po o masini o faamanava ai ma e leai se eletise faaleoleo, faafesootai muamua le tou kamupani fai eletise e faamatala i ai tulaga patino faapenei. A le aualā lea faiga, faafesootai le faalapotopotoga na maua atu ai le masini. A leai lava, ona valaau lea o le 111.

Fesoasoani mo aiga Māori

Lagolagosua lautele

E galulue faapaaga Civil Defence Emergency Management Groups ma Te Puni Kōkiri. E faatinoa faatasi galuega mo iwi, hapū ma faalapotopotoga Māori ia mautinoa o maua le lagolagosua mo Māori ua aafia.

Fesoasoani mo tagata Pasifika

Lagolagosua ma faamatalaga lautele

E galulue faapaaga Civil Defence Emergency Management Groups ma le Ministry for Pacific Peoples. E faatinoa faatasi galuega ma taitai Pasifika, tagata ma faalapotopotoga Pasifika ia mautinoa o maua le lagolagosua mo tagata Pasifika ua aafia.

E maua faamatalaga i auala e tali atu ai i faalavelave faafuasei mo tagata Pasifika i le upegatafailagi a le Ministry for Pacific Peoples ma le Facebook.

- Upegatafailagi: www.mpp.govt.nz/emergency-response
- Facebook: @MinistryforPacificPeoples

Fesoasoani mo ituaiga tagatanuu

Lagolagosua ma faamatalaga lautele

E galulue faapaaga Civil Defence Emergency Management Groups ma le Ministry for Ethnic Communities. E faatinoa faatasi galuega ma taitai Tupuaga Faaletagata, tagata ma faalapotopotoga Tupuaga faaletagata ia mautinoa o maua le lagolagosua mo tagata ua aafia.

E maua faamatalaga i gagana eseese i auala e tali atu ai i faalavelave faafuasei i le upegatafailagi a le Ministry for Ethnic Communities ma le Facebook.

- Upegatafailagi: www.ethniccommunities.govt.nz
- Facebook: @ethniccommunities.govt.nz

Tagatanuu atunuu ese

Fesoasoani mo tagatanuu atunuu ese

E te maua i le itulau lea lagolagosua mo oe pe afai e te le sitiseni Niu Sila ma ua moomia se fesoasoani. E mafai foi na e faafesootai le Amapasa po o le Ofisa o le Komesina a le tou atunuu.

E te maua faamatalaga e faafesootai ai le tou amapasa po o le ofisa o le komesina i le www.mfat.govt.nz/en/embassies/.

Afai na e asiasi mai i Niu Sila ma ua faalavelavea fuafuaga na malaga mai ai, faafesootai lau kamupani inisia mo faigamalaga.

Visa ua uma/toeitiiti uma le aoga

Faafesootai le Immigration New Zealand mo se fesoasoani tau visa i le www.immigration.govt.nz/about-us/contact

Tausiga lelei o meaola

Puipuia o meaola

O lau matafaioi le vaai lelei o au meaola. E moomia na vaai lelei i taimi o faalavelave faafuasei.

A saogalemu, ave au fagafao pe a moomia na e alu ese.

Afai e tatau na tuu ai pea meaola i le mea o iai, ia mautinoa o malu lelei le nofoaga o tuu ai.

Faitau faamatalaga i auala e vaai lelei ai meaola i le www.mpi.govt.nz/animals-in-emergencies/.

Popolega i le ola o meaola

Faafesootai le tou Civil Defence Emergency Management Group e lipotia i ai se popolega i le ola o meaola. O le Ministry for Primary Industries e maua atu ai se tali i popolega faapenei.

E te maua se Civil Defence Emergency Management Group i le www.civildefence.govt.nz/find-your-civil-defence-group/.

Meaola mama'i ma lavevea

Faafesootai se fomai manu, pe a ma'i pe lavea se meaola.

Inisiua

Meatotino faaleagaina

Pue ata o lou fale, taavale po o meatotino ua faaleagaina faatoa aveese ai po o le lipea foi.

Faafesootai lau kamupani inisiua i se taimi vave e mafai ai e lipotia i ai mea ua faaleagaina. E fautua atu lau kamupani inisiua i le isi laasaga e moomia na fai.

A moomia na fai loa o se galuega e faamamā ma puipuia ai lou fale, ia mautinoa le fai o faamaumauga o lau galuega. Pue ata a o le i amatalia se galuega faapena pe a uma. Teu kopi o pili na totogi.

Afai e iai le inisiua mo meafale ae leai se inisiua o le fale, talanoa i lau kamupani inisiua i mea o aofia i le inisiua. Pue le tele o ata ma teu faamaumauga o soo se mea ua tiai.

Faiga o se talosaga inisiua

Faafesootai lau inisiua mo se NHCover mo mea ua faaleagaina i mala faalenatura.

E galulue faapaaga le Natural Hazards Commission Toka Tū Ake ma kamupani inisiua ina ia tasi le nofoaga e taulai i ai fesootaiga mo tagata e ona fale.

E suesue, faafoe ma aloaia se tonu o lau talosaga atoa na fai e lau kamupani inisiua. E aofia ai ma se vaega o le NHCover.

Fesoasoani mo le talosagaina o se inisiua

E maua fua auaunaga o saunia e le New Zealand Claim Resolution Service. E mafai na tali atu i faafesili po o atugaluga e tusa ma lau pepa faamaonia inisiua o lou fale po o le faagasologa e fai ai se talosaga mo se inisiua.

E maua se sui e faatalanoa i ai lau talosaga faapena auaunaga aoga, i le 0508 624 327, imeli contact@nzcrs.govt.nz pe tagai i le www.nzcrs.govt.nz.

NHCover

O le NHCover o le inisiua mo mala faalenatura. E te maua se NHCover pe afai e iai sau pepa faamaonia inisiua mo fale tumaoti po o se fanua o aofia ai se inisiua mo se mu. E iai vaega o fanua ua faaleagaina e le o aafia i se NHCover.

E aofia i le NHCover mea ua maimau pe faaleagaina i se:

- mafuie,
- eleele solo,
- mauga mu,
- fogavai vevela,
- galulolo, ma se
- mu mafua mai se mala faalenatura ua ta'ua.

E inisiua ai foi lou fanua mai le faaleagaina i afā po o lologa.

Faitau le Householders' Guide to NHCover e maua ai se malamalamaaga atoa www.naturalhazards.govt.nz/our-publications/guide-to-natural-hazards-cover/.

Tagata mautotogi ma tagata e ona fale

Faamatalaga lautele

A e nofo mautotogi pe te umia se fale mautotogi, malamalama i ou aiatatau ma matafaioi i le www.tenancy.govt.nz pe valaau le 0800 TENANCY (0800 836 262).

Aoga ma aoga amata

Faamatalaga lautele

Vaai faamatalaga e iloa ai pe ua tapunia le aoga po o le aoga amata ma le vaitaimi e toe tatala ai.