



Ko e hā ‘a e tokoni ‘oku ‘atā atú mo e feitu‘u te ke ala ma‘u atu ai ha tokoni

Kapau ‘oku tu‘u ‘i ha tu‘unga fakatu‘utāmaki ‘a ho‘o mo‘uí, telefoni ki he 111.

Ki he ngaahi fakamatala fakamuimui tahá, vakai ki he www.civildefence.govt.nz pea muimui‘i ‘a e Civil Defence Emergency Management Group ‘i ho feitu‘ú, ‘i he ‘initaneti mo e mītia fakasōsialé.

Fakamatala ‘i lotó

- [Fetukutukú mo e nofo‘angá](#)
- [Fefononga‘aki me‘alelé mo e fe‘alu‘akí](#)
- [Tokoni fakapa‘angá](#)
- [Mo‘ui lelei mo e tu‘unga lelei ‘a e mo‘uí](#)
- [Tokoni ma‘á e kakai ‘oku ‘i ai hanau faingata‘a‘ia fakaesinó](#)
- [Tokoni ma‘á e Kāinga Māori](#)
- [Tokoni ma‘á e kakai Pasifikí](#)
- [Tokoni ma‘á e ngaahi komiuniti fakamatalakí](#)
- [Kakai mulí](#)
- [Tu‘unga lelei ‘a e fanga monumanú](#)
- [Malu‘í](#)
- [Kau nofo totongí mo e kau lenilootí](#)
- [Ngaahi ‘apiakó mo e ngaahi senitā ako tokamu‘á](#)

Fetukutukú mo e nofo‘angá

Fetukutukú

Kapau ‘e fiema‘u ke ke fetukutuku, kātaki ‘o fetukutuku atu ki ha ngaahi kaungāme‘a pe kāinga/fāmili kapau te ke lava ia.

Kapau ‘e ‘ikai lava ke ke nofo mo ha kāinga/fāmili, te ke lava ‘o fetukutuku ki ha Civil Defence Centre. Vakai‘i ha lisi ‘o e ngaahi Civil Defence Centres ‘oku ‘atā atú ‘i he uepisaiti ‘a ho‘o Civil Defence Emergency Management

Group (Kulupu Pule ki hono Tokanga'i 'o e Malu 'a e Kakai Sivilé 'i ha Fakatamaki Fakatu'upakē).

'Ave ha fa'ahinga me'a 'aonga te ke ala fiema'u. Kau ai 'a e fo'i'akau faito'ó, vala māfana mo ha ngaahi me'a ki he fanga ki'i pēpeé.

Kapau 'oku 'i ai ha'o kulī 'oku tokoni ki he faingata'a'ia fakaesinó, 'alu mo ia.

Kapau 'oku 'ikai malava ke ke a'u atu ki ha Civil Defence Centre, fetu'utaki ki ho'o Civil Defence Emergency Management Group ke mou talanoa ki he ngaahi me'a 'oku 'atā atu ke ke fili mei aí.

Kumi ho'o Civil Defence Emergency Management Group 'i he www.civildefence.govt.nz/find-your-civil-defence-group/.

Fefononga'aki me'alelé mo e fe'alu'akí

Fe'alu'aki 'i he hala pule'angá

Muimui ki he fale'i 'a ho'o Civil Defence Group mo e kau ma'u mafai 'i ho feitu'ú.

Ki he fakamatala fekau'aki mo e fefononga'aki me'alelé mo e fe'alu'akí muimui'i 'a e NZ Transport Agency 'i he mītia fakasōsialé pe 'a'ahi ki he www.nzta.govt.nz/traffic-and-travel-information/

Faka'aonga'i 'a e Journey Planner (Nāunau Palani ki he Fonongá) 'a e NZ Transport Agency ke palani 'aki ho'o fonongá 'o ma'u atu 'i he www.journeys.nzta.govt.nz/journey-planner/

Tokoni fakapa'angá

Tokoni fakapa'angá

Kapau 'oku faingata'a ke feau ho'o ngaahi fakamole tefitó, 'e ala tokoni'i koe 'e he Work and Income. 'O tatau ai pē kapau 'okú ke ngāue.

'Oku kehekehe pē 'a e tūkunga 'oku 'i ai 'a e tokotaha kotoa pē. 'E ala tokoni atu 'a e Work and Income ki hono totongi 'o e ngaahi me'a hangē ko e:

- nāunau mohenga,
- me'atokoni,
- totongi 'o e nofó,
- ngaahi mo'ua 'uhilá,

- monomono, pe
- fetongi 'o e ngaahi nāunau faka'uhila ki he falé (appliances).

'E makatu'unga 'a e lahi 'o e tokoni te ke ala ma'u atú mo e fiema'u ko ia ke ke totongi fakafoki iá 'i he tūkunga 'okú ke 'i aí.

'A'ahi ki he www.workandincome.govt.nz pe telefoni ki he 0800 559 009 ki ha fakamatala lahi ange.

Tokoni mei he ngaahi pangikeé

Kapau 'okú ke faingata'a'ia koe'uhi ko ha me'a fakatu'upakē 'oku hoko, talanoa ki ho'o pangikeé 'i he vave taha te ke ala lavá.

'Okú 'i ai 'a e ngaahi timi 'a e pangikeé ki he faingata'a'ia te nau lava 'o talanoa kiate koe fekau'aki mo e founa te ke ala fili mei aí.

'E lava ke tokoni 'a e ngaahi pangikeé 'i ha ngaahi founa lahi 'o makatu'unga pē 'i ho tūkungá. 'Okú kau ki heni 'a e:

- Liliu ke totongi pē 'a e totongi tupú 'i ha vaha'a taimi, mo
- To'o 'a e ngaahi totongi ki hono toho 'a e teemi tipōsití. Ko e vave ange ho'o talanoa ki ho'o pangikeé, ko e lelei ange ia 'a e malava ke nau tokoní.

Mo'ui lelei mo e tu'unga lelei 'a e mo'uí

Tokangaekina 'oku ma'u atu ki he mo'ui lelei (healthcare)

'Okú lava ke ma'u atu 'a e tokangaekina 'o e mo'ui lelei 'i he taimi 'okú ke fiema'u ai iá.

Kapau 'okú ke puke lahi pea fiema'u ha faito'o fakavavevave, 'alu ki he va'a faito'o fakavavevave (emergency department) ofi taha atú **pe telefoni ki he 111.**

'Ikai ko ha fiema'u fakavavevave? Te ke lava 'o telefoni ki he Healthline 'i he 0800 611 116. 'Okú 'atā atu 'a e Healthline houa 'e 24, 'aho 'e 7 ki ha fale'i ta'etotongi meí he kau ngāue palofesinale ki he mo'ui lelei. 'Okú kau 'i he fale'i ko 'ení 'a e feitu'u mo e taimi ke 'alu ai ke fakahoko ha sivi mo e faito'ó kapau ko e me'a ia 'okú ke fiema'ú.

Lēsisita 'i ha GP pe ngāue'aki ha kautaha angamaheni 'oku ngāue ki he mo'ui lelei? Telefoni ki ho'o GP pe kautaha ngāue ki he mo'ui lelei ke fokotu'u ha 'apoinimeni. 'E ala 'atā atu ha 'apoinimeni fakavavevave kapau te ke fakamatala'i 'a e me'a 'oku hokó.

Kapau 'oku 'ikai ke ke lēsisita pe 'ikai 'atā atu ho' o kautaha ngāue angamaheni ki he mo'ui lelei 'i ha taimi vave fe'unga, te ke lava 'o 'alu ki ho' o senitā ki he faito' o fakavavevave (urgent care centre) 'i ho faitu'ú. 'Oku 'ikai fiema'u ke fokotu'u ha' o 'apoinimeni ki ai, ka 'e ala fiema'u ke ke talitali.

Fekumi ki ha senitā ki he faito' o fakavavevavé 'i he www.healthpoint.co.nz/gps-accident-urgent-medical-care/.

Faito' o kuo tu'utu'uniá (Prescription medication)

Kapau kuo 'osi ho' o faito' o kuo tu'utu'uniá pe 'ikai malava ke ke ma'u ia, ko ho' o fili lelei tahá 'oku fa'a fiema'u ke ke sio ai ki ha toketā ke 'oatu ha' o faito' o fo'ou.

Kapau 'oku 'ikai lava ke ke sio ki ha toketā, 'e ala tokoni atu 'a e ngaahi fale talavaí. 'E ala 'oatu kiate koe 'e he kau talavaí ha faito' o fakavavevave ke a'u ki ha 'aho 'e tolu. 'E lava ke totongi mamafa eni he 'oku 'ikai ma'u atu ha fakapa'anga meí he Pule'angá ki heni.

Kumi ha fale talavaí 'i he www.healthpoint.co.nz/pharmacy/.

Nāunau fakafaito' o 'oku faka'uhilá

Kapau 'okú ke fiema'u ha 'uhila ki he nāunau fakafaito' o, ngaahi faito' o, pe mīsinī fakamānavá (life support) pea 'oku 'ikai ke 'i ai ha' o senoleita talifaki, fetu'utaki ki ho' o kautaha 'uhilá 'o fakamatala'i atu ho tūkungá. Kapau 'e 'ikai ola lelei eni, fetu'utaki leva ki he kautaha 'oku nau 'oatu 'a e nāunaú. Kapau 'oku 'ikai ola lelei eni, telefoni ki he 111.

Tu'unga Lelei 'a e Mo'uí (Wellbeing)

'Oku angamaheni 'aki 'a e hoko mai 'a e loto hoha'á 'i he lolotonga 'o ha me'a fakatu'upakē. Ko ha fakafeangai angamaheni pē 'eni ia ki ha tūkungá 'oku fu'u fakamafasia. 'E lava ke hoko 'o 'aonga 'a e talanoa mo e kakaí mo hono tokoni'i 'o e ni'ihī kehé.

Ki ha tokoni ki he loto hoha'á, mafasiá pe tu'unga lelei faka'atamaí, telefoni pe text ki he Need to Talk? (Fiema'u ke Talanoa?) 'i he 1737. Te ke lava 'o talanoa ta'etotongi ki ha tokotaha fale'i kuo ako'i, houa 'e 24, 'aho 'e 7 'o e uiké.

Ki ha tokoni ta'etotongi ki he tu'unga lelei faka'atamaí 'oku fakahoko 'i he fesiofakí (face-to-face), vakai ki he www.wellbeingsupport.health.nz

‘Oku mahu‘inga ‘a e feinga ke ma‘u ha mohe fe‘ungá lolotonga ‘a e ngaahi taimi faingata‘á. Ma‘u atu ha ngaahi fale‘i ki he mohé ‘i he www.healthnavigator.org.nz/sleep-tips/.

Kapau ‘oku uesia ‘a e fānaú ‘e he me‘a fakatu‘upakeé, talanoa kiate kinautolu fekau‘aki mo e me‘a ‘oku hokó. Kumi ki ha fale‘i ki hono tokoni‘i ‘o e fānaú ke nau matu‘uaki ha fakatamaki fakaenatula ‘i he www.kidshealth.org.nz/coping-natural-disaster.

Ma‘u atu ha ngaahi nāunau tokoni lahi ange ki he tu‘unga lelei faka‘atamaí ‘i he www.getready.govt.nz/mental-wellbeing/.

Tokoni ki he Kolo ki ‘utá (rural)

Kapau ko ha tokotaha faama pe ngoue koe, ‘oku ala ma‘u atu ha tokoni fakafou ‘i he Rural Support Trust.

Fetu‘utaki ki he Rural Support Trust 0800 Rural Help (0800 787 254) pe ‘a‘ahi ki he www.rural-support.org.nz.

Tokoni ma‘á e kakai ‘oku ‘i ai hanau faingata‘a‘ia fakaesinó

Tokoni fakalūkufuá

Kapau te ke fiema‘u ha tokoni fakavavevave, telefoni ki he 111. Kapau ‘oku faingata‘a ho‘o fanongó pe talanoa ‘i he telefoní, te ke lava ‘o lēsisita ki he sēvesi 111 TXT ‘i he: <https://www.police.govt.nz/111-txt>

Ki ha tokoni ki he mo‘ui lelei, fetu‘utaki ki he Whakarongorau Aotearoa, New Zealand Telehealth Services. Telefoni ki he 0800 111 213 pe text ki he 8988.

Kapau ‘oku faingata‘a ho‘o fanongó pe talanoa ‘i he telefoní, te ke lava ‘o faka‘aonga‘i ‘a e New Zealand Relay Service ke fetu‘utaki ai mo ha ni‘ihi kehe. ‘Ilo fekau‘aki mo e sēvesí ‘i he www.nzrelay.co.nz.

Fetukutuku ‘aki ‘a e fanga kulī tokoni ki he faingata‘a‘ia fakaesinó

Kapau ‘e fiema‘u ke ke ‘alu ki ha Civil Defence Centre pea ‘oku ‘i ai ha‘o kulī tokoni, ‘alu mo ho‘o kulíí. ‘Ave ha fa‘ahinga koloa ma‘á u mo ho‘o kulíí. Kau ai ‘a e ngaahi nāunau faka‘ilekitulōniká (devices), fo‘i‘akau faito‘ó, vala māfana mo ha ngaahi me‘a ki he fanga ki‘i pēpeé.

Nāunau fakafaito‘o ‘oku faka‘uhilá

Kapau ‘okú ke fiema‘u ha ‘uhila ki he nāunau fakafaito‘ó, ngaahi faito‘ó, pe mīsini fakamānava (life support) pea ‘oku ‘ikai ke ‘i ai ha‘o senoleita talifaki, tomu‘a fetu‘utaki ki ho‘o kautaha ‘uhilá ‘o fakamatala‘i atu ho tūkungá. Kapau ‘e ‘ikai ola lelei eni, fetu‘utaki leva ki he kautaha ‘oku nau ‘oatu ‘a e nāunaú. Kapau ‘oku ‘ikai ola lelei eni, telefoni ki he 111.

Tokoni ma‘á e Kāinga Māori

Tokoni fakalūkufuá

‘Oku hoa ngāue ‘a e Civil Defence Emergency Management Groups mo e Te Puni Kōkiri. Te nau ngāue mo e iwi, hapū mo e ngaahi kautaha Māori ke fakapapau‘i ‘oku tokoni‘i ‘a e kakai Māori ‘oku uesiá.

Tokoni ma‘á e kakai Pasifikí

Tokoni fakalūkufuá mo e fakamatalá

‘Oku ngāue ‘a e Civil Defence Emergency Management Groups mo e Ministry for Pacific Peoples. Te nau ngāue mo e kau taki, ngaahi komiuniti mo e ngaahi kautaha Pasifikí ke fakapapau‘i ‘oku tokonia ‘a e kakai Pasifiki ‘oku uesiá.

Kumi ‘a e fakamatala ‘o e ngāue atu ki he me‘a fakatu‘upakē ma‘á e kakai Pasifikí ‘i he uepisaiti mo e peesi Facebook ‘a e Ministry for Pacific Peoples.

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

Tokoni ma‘á e ngaahi komiuniti fakamatakali

Tokoni fakalūkufuá mo e fakamatalá

‘Oku ngāue ‘a e Civil Defence Emergency Management Groups mo e Ministry for Ethnic Communities. Te nau ngāue mo e kau taki, ngaahi komiuniti mo e ngaahi kautaha ‘a e Ngaahi Matakali kehé ke fakapapau‘i ‘oku tokonia ‘a e kakai ‘i he Matakali kehe ‘oku uesiá.

Kumi ‘a e fakamatala ‘o e ngāue atu ki he me‘a fakatu‘upakē ‘i he ngaahi lea fakamatakali kehekehé ‘i he uepisaiti mo e peesi Facebook ‘a e Ministry for Ethnic Communities.

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

Kakai mulí

Tokoni ma'á e kakai mei mulí

Kapau 'oku 'ikai ko ha tangata'i fonua Nu'u Sila koe pea 'okú ke fiema'u ha tokoni, te ke lava 'o faka'aonga'i 'a e tokoni 'i he peesi ko 'ení. Te ke toe lava foki 'o fetu'utaki ki ho'o 'Ofisi Faka'amipasitoá pe Talafekau Lahí.

Kumi ho'o 'ōfisi faka'amipasitoó pe talafekau lahí 'i he www.mfat.govt.nz/en/embassies/.

Kapau ko ha tokotaha folau 'eve'eva ko e ki Nu'u Sila pea kuo motuhia ho'o folaú, fetu'utaki ki ho'o kautaha malu'i folaú.

Visa kuo 'osi/teu ke 'osi hono 'aongá

Fetu'utaki ki he Immigration New Zealand ki ha tokoni ki he ngaahi visá 'i he www.immigration.govt.nz/about-us/contact

Tu'unga lelei 'a e fanga monumanú

Malu'i 'o e fanga monumanú

Ko ho'o mou fanga monumanú ko e fatongia ia 'o kimoutolu. 'E fiema'u ke ke tokangaekina kinautolu lolotonga 'a e hoko ha me'a fakatu'upakē.

Kapau 'e fiema'u ke ke fetukutuku, 'alu mo ho'o fanga monumanu tauhí kapau 'oku malu mo hao ke fakahoko ia.

Kapau 'e fiema'u ke tuku pē 'a ho'o mou fanga monumanú, fakapapau'i 'oku nau 'i ha feitu'u malu mo ūū.

'Ilo fekau'aki mo e founa te ke lava ai 'o tokangaekina ho'o fanga monumanú 'i he lolotonga 'o ha me'a fakatu'upakē 'i he www.mpi.govt.nz/animals-in-emergencies/.

Ngaahi hoha'a fekau'aki mo e tu'unga lelei 'a e fanga monumanú

Fetu'utaki ki ho'o Civil Defence Emergency Management Group ke lēsisita ki ai ha fa'ahinga hoha'a pē ki he tu'unga lelei 'a e fanga monumanú. 'E muimui'i 'e he Ministry for Primary Industries ha fa'ahinga hoha'a.

Kumi ho'o Civil Defence Emergency Management Group 'i he www.civildefence.govt.nz/find-your-civil-defence-group/.

Fanga monumanu ‘oku puke mo laveá

Kapau ‘oku puke pe lavea ho‘o fanga monumanú, fetu‘utaki ki ho‘o kilīniki ma‘á e fanga monumanú.

Malu‘í

Maumau ki he ‘apí

Kapau ‘oku hoko ha maumau ki ho ‘apí, me‘alelé pe nāunau ‘apí, faitaa‘i kinautolu ki mu‘a ke ke to‘o pe fakalelei‘i ha fa‘ahinga me‘a.

Lipooti ‘a e maumaú ki ho‘o kautaha malu‘í ‘i he vave tahá. ‘E talaatu ‘e ho‘o kautaha malu‘í kiate koe ‘a e me‘a ‘oku fiema‘u ke ke fakahokó.

Kapau ‘oku fiema‘u ke ke fakahoko ha ngāue fakavavevave ke fakama‘a mo ngaohi ho ‘apí ke malu mo hao, lekooti ‘a e ngāue ‘okú ke fakahokó. Faitaa‘i ha ngaahi lau‘i tā ‘i he ki mu‘a mo e hili ‘a e me‘a na‘e hokó. Tauhi ha ngaahi tatau ‘o e ngaahi tohimo‘ua ‘okú ke totongí.

Kapau ‘oku ‘i ai ha‘o malu‘i ki he nāunau falé ka e ‘ikai ha‘o malu‘i ki he ‘apí, talanoa mo ho‘o kautaha malu‘í fekau‘aki mo e me‘a ‘oku kau ‘i he malu‘í. Faitā ke lahi pea tauhi ha lekooti ‘o ha fa‘ahinga me‘a pē ‘okú ke li‘aki.

Ko hono ‘eke ‘o e totongi huhu‘i ki he malu‘í

Fetu‘utaki ki ho‘o kautaha malu‘í ke ‘eke ha totongi huhu‘i (NHCover) ki he maumau meí he fakatamaki fakaenatulá.

Kuo hoa ngāue ‘a e Natural Hazards Commission Toka Tū Ake mo e ngaahi kautaha malu‘í ke fokotu‘u ma‘á e kau ma‘u ‘apí ha feitu‘u pē ‘e taha ki he fetu‘utakí.

‘E vakai‘i, tokanga‘i mo totongi ‘e he kautahá ‘a e ‘eke totongi huhu‘í kotoa. Kau ai ‘a e kongá ki he NHCover.

Tokoni ki he ngaahi ‘eke totongi huhu‘í

‘Oku ta‘etotongi e sēvesi ‘a e New Zealand Claim Resolution Service. ‘E lava ke ne tokoni‘i koe ‘i ha fa‘ahinga fehu‘i pē pe ko ha‘o ngaahi hoha‘a fekau‘aki mo ho‘o malu‘i ‘apí pe founa ngāue ki he ‘eke totongi huhu‘i malu‘í.

Ke talanoa ki ha tokotaha fekau‘aki mo ho‘o ‘eke totongi huhu‘í mo e founa ‘e ala tokoni atu ai ‘a e sēvesí kiate koé, telefoni ki he 0508 624 327, ‘imeili contact@nzcrs.govt.nz pe vakai ki he www.nzcrs.govt.nz.

Malu'i NHCover

Ko e NHCover ko ha malu'i ia ki he fakatamaki fakaenatulá. 'Oku 'osi 'i ai ho'o malu'i NHCover ia 'a koe kapau 'oku 'i ai ha'o malu'i 'api taautaha ki ho 'apí pe kelekelé 'oku kau ai 'a e malu'i ki he velá. 'Oku 'i ai ha ngaahi kelekele 'e ni'ihí 'e 'ikai ha malu'i NHCover ki ai.

'Oku malu'i koe 'e he NHCover meí ha mole pe maumau meí he:

- ngaahi mofuiké,
- kelekele 'oku holo fakaenatulá,
- pā 'a ha ngaahi mo'unga afi,
- mafana 'i lalo fonuá (hydrothermal),
- peau kula, mo e
- vela tupu meí he ngaahi uesia fakaenatula ko 'ení.

'Okú ne toe malu'i foki mo ho kelekelé meí ha ngaahi maumau 'e fakatupunga 'e he ngaahi matangí pe tāfeá.

Lau 'a e fakahinohino Householders' Guide ki he NHCover ke 'ilo lahi ange ai 'i he www.naturalhazards.govt.nz/our-publications/guide-to-natural-hazards-cover/.

Kau nofo totongí mo e kau lenilootí

Fakamatala fakalūkufuá

Kapau ko ha tokotaha nofo totongi pe lenilooti (landlord) koe 'o ha 'api nofo totongi, 'ilo fekau'aki mo ho'o ngaahi totonú mo ho ngaahi fatongiá 'i he www.tenancy.govt.nz pe telefoni ki he fika 0800 TENANCY (0800 836 262).

Ngaahi 'apiakó mo e ngaahi senitā ako tokamu'á

Fakamatala fakalūkufuá

Vakai ki ho'o 'apiakó pe senitā ako tokamu'á ki he fakamatala fakamuimui tahá pea mo vakai'i foki pe 'oku nau tāpuni mo e taimi 'oku nau palani ke toe fakaava atu aí.