

Noh pū'atā 'e hanue ta hūn se COVID-19 'e Auckland



'E avat ma ne la kel'āk ka pō 'e COVID-19 iā pō se' ma la hō' ta kokonot se 'ou huga, ma iā tēet ne a'mou soksoko la kat 'inea 'e ra ne tes ta 'on fuaga se 'āe, 'ou kahunohoga ta, ma famōr ne noh ma 'āea.

Te' ne rogrog ne fā' sin la hāiasoag se 'āea la maṭa'ua 'āea ma iris ne 'ou huga mah sin 'e av ne 'āe la noh pū'atā 'e hanue ta.

NOH FĀ' MA AF'ĀK 'OU ROGROG NE AV NE LA PŌ 'E 'AF'AF TA

Nōnō ka 'āe la a'es'ao'āk 'e Rapid Antigen Test (RAT) la sākiora 'af'af ta ma 'ou rogrog la rak'āk ne 'āe pō 'e 'af'af ta, figalelei ma la' se ut te'is www.my covid record.health.nz la fā' ma af'ākia rogrog ne 'ou sākior tē ta, ne he' se **0800 222 478** ma hil nampa 3.

La hāiasoag se 'āmisa la 'inea' ia ne hāiasoag tes hoi'āk ne kop ma 'āe pā 'ese.



KA TAPEN ROA NE 'OTOU LA NOH PŪ'ATĀ?

- 'Āe kop pāu la noh pū'atā la **terān 7**. 'Āe la pō se' ma la rou 'ou hanue ta utut ne 'āe noh pū'atā e 'e **terāni te 'on 8**, ma la sok ke nōnō ka 'āe kat 'es ra ta faki'ogat 'e 'af'af ta 'e laloag ne aoa' 24.
- 'Āe ma te' ne lelea' ne noh ma 'āea noj la fu' 'e hanue ta ma la aier'āk ke la hot la rue'āk for 'e laloag ne utut ne 'āe nohoe e ne ta le'et ne garue se maj ne māūr fakforo la rak'āk 'āe pō la hot 'e utut ne 'āe noho e.

KA SEI TA NOJ LA 'ĀE LA RAK'ĀK SIN

'Āe kop ma pō la forās'ākia COVID-19 'e laloag ne terān 2 ka faki'oga kat seminte no' ra, ne terān 2 mumuā la 'ou rogrog ne kel'āk ta la hō'ākim ka 'āe pō 'e 'af'af ta. 'Āe noj la rak'āk se:

- 'Ou ut garueag ta
- Ut rakoag ne 'ou le' ta, kura ne ut rakoag 'on lā'riri' pāu (Early Learning Service)
- Kāumane'aga, kāunohoga ma iris ne kop ma 'āe noh tēag'esea ma 'e laloag ne av he ta'ag. Iris kat a'noa ra la noh pū'atā, ka iris noj la la' la kel'āk nōnō ka la kamāt pō 'e faki'oag ne 'af'af ta.

'OTOU KĀU'APIĀG NE KĀUNOHOGA TA

Famōr ne 'āe noh ag'esea ma kop pāu la noh pū'atā ma la' la kel'āk 'e **terāni te 'on 3 ma 7 ne terāni**. Iris la pō se' ma la a'vāh 'oris noh pū'atā ta 'e **8 ne terāni** 'e av 'eseat ma 'āea (ma fita' ma la kat 'es le' hoi'akit ra 'e laloag rī ta la kel'āk ma pō 'e 'af'af ta).

'Āe kat a'noa ra la kamāt hoi'āk 'ou noh pū'atā ta nōnō ka ta le' hoi'akit 'e laloag ne 'ou kahunohoga ta la kel'āk ma pō 'e 'af'af ta, ka fita' ma 'ou kel'āk fakmūr ta la negative 'on fūāga 'āe kat pō 'e ra 'e 'af'af ta.

Se te' ne foh ne mou se kel'akit hūn se 'af'af ta ma tes ta la rē nōnō ka ta le'et 'e kahunohoga ta noh hāi'elelag pāu ma le'et ne pō 'e 'af'af ta ma kamāt la pō 'e faki'oag ne 'af'af ta, sākior se www.covidcontacts.nz.



KA TES TA LA SOKO

Famōr ma'oi la 'af'af ka kat mah ra 'e laloag ne ta terān he his ma pō se' ma la ne'ne' 'e 'oris hanua 'e iris 'es ta 'e hāiasoag ne la pōam 'e 'oris kahunohoga.



Nōnō ka 'ou faki'oga kat pō 'e ra la ōf ne 'ut ma kikia 'on raksa'a, he' 'ou ṭak ta, ne he' se Healthline 'e **0800 358 5453**.

VAI

Noh sok'āk teak ne 'ou vai ne 'āe a'mou teak. Nōnō ka 'āe pā 'es ta vai, hāifāegag me 'ou ṭak ta ne 'ou koroat ne tōg'āk vai ne 'af'afa ma rak'āk se irisa 'āe noh pū'atā 'e 'on 'ihete'. Far'āk se irisa la nā roa 'ou foh ne vai ne pā 'ese se utut ne tōg'āk vai ne 'af'afa, ma iris la a'hele'uof se 'āea ka kat tōg 'e ra.

Nōnō ka 'āe ne ta le'et ne 'āe noh ag'esea ma, pō 'e ta kānag 'af'afat ne pō la hō' ta pefā'it se 'ou māūr ta, he' mij pāu se 111.

HĀIASOAGA HŪN SE COVID-19 'E AUCKLAND



'E AV NE TA TĒ SE LELEIT LA SOK A'FEREHIT

Nōnō ka 'āe ne ta le'et ne 'āe noh ag'esea ma, pō 'e ta k̄aīnag 'af'afat ne pō la hō' ta pefā'it se 'ou māūr ta, he' mij p̄au se **111**.

Far'āk ta hāiasoag mijit nōnō ka 'āe a'fai ka noanoa la huāg, fatfata mou, kat pō 'e ra la fū, ne filo'u mah ma takmūl, a'fai ka pā mōs ne kat 'inea ra ne tes ta soksoko.

Kat 'es togit ra se a'es'ao'āk ne motokā sal'āk 'af'af ta.

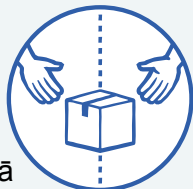
GARUE MA MONĒ

'Ou ut garueag ta (ne 'āe, nōnō ka 'āe garue p̄au se 'āea) kop ma la pō la far'āk se ta hāiasoag hoi'āk.

Nōnō ka pā 'es hāiasoag hoi'āk se hanhap fakmonē, he' se COVID-19 Welfare line 'e: **0800 512 337**.

TĒLA'Ā MA TĒ NE LA 'ES'AO SE NOHNOH 'ON FAMORI

Nōnō ka la pō, tōg 'eu tēla'ā ma tē ne pā 'ese 'e online, ne far'āk se ta famōr hoi'āk la a'hele'uof tē 'i se 'ou hanue ta.



Nōnō ka pā 'es hāiasoag se tēla'ā ma tē ne pā 'ese la 'es'ao se nohnoh ne k̄aīnohoag ta, he' se COVID-19 Welfare line 'e: **0800 512 337**.

Se hāiasoag hoi'āk se tēla'ā ma hāiasoag fak garue ne la pō 'e laloag pure'aga, 'āe la pō se' ma la he' se:

Salvation Army 'e: 0800 53 00 00

S̄akior se website ne Foodbank NZ:
www.foodbank.org.nz

Auckland City Mission 'e: 0800 223 663

Pacific families: 0800 31 13 31

Māori whānau 'e:
0800 MY MRCH (0800 696 724).

'OS MĀÜR FAK A'HĀE (MENTAL WELLBEING)

'E rēko 'āe kat aier'āk ra la 'es ra ta famōr la leu āsif se 'ou hanue ta 'e av ne la noh pū'atā, far'āk se ta 'ou k̄aīmane'agat ne le'et 'e 'ou k̄aīnaga ne kat noh ra ma 'āe la noh hāisok'ākīāg 'e telefon ta ne fā'iof ta fāeag luket se 'āe 'e te' ne terāni.



Tē te'is tē pumuet la a'sok nōnō ka 'āe noh 'āe 'esea het. Nōnō ka 'āe a'fai ka noanoa se 'āe la t̄aria tē ne soko, 'āe la pō se' ma la hāifāeag ma ut 'i:

- **Need to Talk?** — he' ne fā' ta fāeag luket ma nā se 1737 'e av het ma la pō hāiasoag 'e famorit ne rak ma majāu se hanhap te'is - counsellor
- **Lifeline** — he' se 0800 543 354 (0800 LIFELINE) ne fā' ta fāeag luket ma nā se 4357 (HELP) ka kat tōg 'e ra
- **Youthline** — he' se 0800 376 633, fā' ta fāeag luket ma nā se 234 ka kat tōg 'e ra

NOH MATĀ' LA PĀR MA Ū

- Nōnō ka 'āe la agtāu ma ta tē mamārut, he' se pirismāne 'e **111**
- **Women's Refuge: He' se 0800 733 843** (0800 REFUGE) sāe aoa' 24 la far 'oris hāiasoag ne la pō ma ut ne la pō la noh'āk karāua hāina ma 'oris lā'riri'i ne agtāu ma hāipanāuga 'e laloag ne 'oris k̄aīnohoga

HĀIASOAGA SE PURE'AG MĀORI (MĀORI COMMUNITY SUPPORT)

Se tīm ne pure'ag Māori, whānau rak'āk la he' se nampa te'is **0800 696 724**.

HĀIASOAGA SE PURE'AG PASEFIKA (PACIFIC COMMUNITY SUPPORT)

Se tīm ne pure'ag Pasefika, k̄aīnohoag Pasefika tāe rak'āk la he' se **0800 31 13 31**.



Pā 'inea rogrog hoi'āk:

- He' se Healthline 'e **0800 358 5453**
- S̄akior se ut te'is www.whanauhq.nz ne www.covid19.health.nz/advice

