

# TINO NOFO PILI

A koe ne fesokotaki mo se tino tela ko fakatalitonugina me ko pokotia ne te COVID-19 IO ne nofo i te koga e iloilogina (location of interest) mo te tino tena ko fakaasi mai ia koe ko nofo i te tulaga fakamataku (high risk). Tenei tau mea e 'tau o fai.

## Fakama'vae keatea?

### AO

Fakavave o fakama'vae keatea koe i te fale io me se koga tausi fakapitoa ki se leva e 14 aso io me siliga atu.

Tau 14 aso e kamata i te aso mai tua ne nofo pili ei koe ki te tino e pokotia ne te COVID-19.

Ko tena uiga ko se mafai ne koe o fano o galue io me fano fakamalosilosi tou foitino. 'Togi au mea i te initaneti io me fakamolemole ki ou kāiga/taugasoa ke tuku atu au meakai mo vailakau.

Kafai koe e nofo tasi mo te tino e pokotia ne te COVID-19, a tau fakama'vae keatea e kamata i te aso mai tua ne tiakina ne te tino tena te fale (pela mo te fano o ia ki se fale tausi) io me ko se pokotia mai te COVID-19.

I nisi taimi a Tino Ne Nofo Pili e fakailoa ki a latou ke olo o nofo i se koga tausi. Te mea nei ke puihui iei a tino e nofo tasi mo latou.

E isi se fesoasoani tau sene ma tino kola e manakogina ke fakama'vae keatea ona ko te COVID-19.

## Fai tau aasiga?

*Aasiga e se 'togi*

### AO

Ko 'tau koe o fai tau sukesukega fakavave. Ka manakogina ke toe fai te sua aasiga a koe i te 5 o aso mo te sua aasiga i te 12 aso mai tua o te aso tela ne nofo pili ei koe ki tino e pokotia ne te COVID-19.

Ka manakogina ke fai au aasiga (tests) e fakatolu io me silia atu a taimi:

- **I te taimi loa nei, kae**
- **Lima (5) aso** mai tua o te taimi ne nofo pili ei koe ki te tino e pokotia ne te COVID-19, **kae**
- **Sefululua (12) aso** mai tua o te taimi ne nofo pili ei koe ki te tino e pokotia ne te COVID-19.

I nisi taimi e manakogina ke toe fai ne aasiga faopoopo. Fakatusa penei, kafai ko olo aka ia koe a fakailoga o te COVID-19. Public Health ka fakailoa atu ki a koe me mafea e fai iei tau aasiga.

**Positive test:** Koe e maua ne te COVID-19 (Public Health ka telefoni atu ki a koe).

Kafai ne aasi koe kae se pokotia, e manakogina loa ke fakama'vae koe ia koe loa ke oko ki te taimi ko fakailoa atu ne te Public Health me ko mafai ne koe o tiakina tou fale.

Ka fia maua ne koe fakamatalaga e uiga mo aasiga ko telefoni ki te Healthline (**0800 358 5453**) io me fano ki te [healthpoint.co.nz/covid-19/](https://healthpoint.co.nz/covid-19/)

## Onoono ki fakailoga?

### AO

E 14 aso mai tua ne nofo pili koe ki te tino e pokotia ne te COVID-19.

**Fakailoga o te COVID-19 e mafai o aofia e tasi io me silia atu o mea konei:** *Tale e foou io me ko fanaka o tale malos, fiiva, gaegae, mae te kato, mafa ou isu, se sogi ne koe a manogi /se tami meakai.*

Nisi tino ka mafai o feagai mo mea konei: *Sana, ulu mae, usu te foitino, taitai lua, tai numi te mafaufau, mata itaita.*

Public Health ka sokotaki atu ki a koe i taimi masani o aasi atu ki tou ola 'lei mo tou olaaga 'lei (wellbeing). Fakailoa ki a latou manafai e isi ia koe ne fakailoga.

Kafai e maua ne koe a fakailoga – e tiga iei tau aasiga ne fai mai me e se pokotia koe – a koe e 'tau o:

- Toe fai sau aasiga fakavave, **kae**
- Fakakatoa te aofai e 14-aso e fakamavae ei koe keatea – e tiga iei tau aasiga ne fai mai me e se pokotia koe.

## A tino e nofo fakatasi mo koe e manakogina ke fai ne latou se mea?

### AO

Ko 'tau o nofo i te fale pela me se 5 o aso.

Katoa kaufale\* tino o te fale ko 'tau o nofo i te fale ke oko ki te taimi te tino tela ne fano ki te koga e iloilogina ko maua te ikuga o tena sukesukega i te 5 o aso e se pokotia.

Te uiga te **kaufale katoa ko fakatapu ma olo ki tua o te fale i so se pogai.** Mai mua atu, ko fakamolemole ki taugasoa io me ko kāiga ke tuku atu a meakai mo vailakau i te mataloa mai mua io me 'togi a mea i te initaneti.

A tino o te kaufale e se 'tau o fai olotou sukesukega **vaganā** ko kamata o fakamasakisaki io me ne fakailoa atu ne tino galue i te ola'lei ke fai.

\*Kafai koe se tino galue i te tausiga o te ola'lei te mea tenei se aofia koe i ei.

Fakamolemole asi atu ki te Healthline.

## Nofo toko-tasi (self-isolation) ki te taimi ko oti ne fakatalia ne te Ola'lei mo so se tino (public health) ke fano koe.

Telefoni ki te Healthline manafai e isi ne fakailoga e maua ne koe io me manakogina ne koe ne fautuaga: Telefoni ki te **0800 358 5453**. Kafai e faigata ia koe o manava, telefoni ki te amipulanisi: Telefoni ki te **111**.