



## Ngā Pātai Auau

### Werohanga KOWHEORI-19

#### E pāngia ana au e te KOWHEORI-19 Āhea au āhei ai ki te kano ārai mate?

Mēnā kāore anō koe kia whiwhi noa i tētahi pota kano ārai mate KOWHEORI-19, me whiwhi rawa koe i tō kano ārai mate tuatahi e 4 wiki mai i te rā i wehe koe i te MIQ, i te hōtēra whakataratahi rānei, ā, ko te pota kano ārai mate tuarua e 6 wiki i muri i te rā o tō kano ārai mate tuatahi.

Mēnā i whiwhi koe i te pota tuatahi o te kano ārai mate i mua i tō pānga ki te KOWHEORI-19, me whiwhi koe i tō pota tuarua o te kano ārai mate e 4 wiki mai i te rā i wehe koe i te MIQ, i te hōtēra whakataratahi rānei.

Mēnā kua whiwhi kē koe i ngā pota e rua o te kano ārai mate i mua i tō pānga ki te KOWHEORI-19, kāore koe e mate ki te whiwhi pota anō i tēnei wā.

#### He kaiwhakapā tata ahau. Āhea au āhei ai ki te kano ārai mate?

Mēnā he kaiwhakapā tata koe ki tētahi e pāngia ana e te KOWHEORI-19, ka taea e koe te whiwhi i tō kano ārai mate i muri mai i tō noho mohoa o mō te 14 rā. Me whiwhi koe i tētahi whakamātautau e kī ana kāore i a koe te KOWHEORI-19, ā, me wātea katoa i ngā tohumate.

#### Āhea taea ai e taku whānau te whiwhi kano ārai mate?

Ka taea e ngā mema whānau pakeke ake i te 12 tau te whiwhi kano ārai mate, mēnā kāore rātou i te noho mohoa. Ka taea e koe te haere ki tētahi pokapū kano ārai mate, te tomokanga ā-motukā, te waea rānei ki te waea kano ārai mate Pacific i 0800 21 12 21. Me waea rānei i te COVID Vaccination Healthline i runga i te 0800 28 29 26. Ka taea hoki e koe te tāpui ā-tuihono i <https://bookmyvaccine.covid19.health.nz/>



#### Ka pehea mehemea he kaiwhakapā tata ahau, a, kua werohia kētia ahau?

Ahako kua whiwhi kano ārai mate kē koe, me noho whakamohoa koe mō te 14 rā. Ka tuku te kano ārai mate i te āraitanga pai, ā, ka ārai hoki i te māuiui kino, engari kāore te whaihua o tētahi kano ārai mate e eke ki te 100 ōrau. Ka pāngia tonu pea koe e te mate, te tuku rānei i te huaketo ki ētahi atu, ahako kua whanake noa pea ngā tohumate ngāwari o te KOWHEORI-19.

## Mō ētahi atu kōrero:

Waea atu ki Healthline: 0800 358 5453 (he ratonga kore utu o ngā kaiwhakamāori e wātea ana i te 24/7). Ka taea hoki e koe te toro atu ki te paetukutuku o Unite COVID me ngā whakamāori me ngā [tohutohu mō te noho mohoa](#), toro rānei ki [www.arphs.health.nz](http://www.arphs.health.nz), ki [www.covid19.govt.nz](http://www.covid19.govt.nz) rānei.



## Mōhiohia Ahuwhānui mō te KOWHEORI-19

### He kaiwhakapā tata ahau, me aha au?

E 4 ngā mahi hei whai māhau mēnā he kaiwhakapā tata koe.

1. Noho i te kāinga, tawhiti atu i ētahi atu tāngata o tō kāinga, ā, me whai i ngā tohutohu Hauora Tūmatanui. Me noho i te kāinga kia whiwhi rā anō koe i ngā whakamātautau e rua e kī ana kāore koe e pāngia ana, ā, kia kī rā anō te Hauora Tūmatanui e wātea ana koe.
2. Haere kia whakamātauria koe – kia wawe tonu, ā te Rā 5, te Rā 12 hoki. Kei [konei](#) e rārangi ana ō pokapū whakamātautau tata, kei runga rānei i te pae tukutuku o [Prepare Pacific](#), i Facebook rānei.
3. Me whakarite kia noho tawhiti tō whānau i ētahi atu, kia puta rā anō he hua whakamātautau e kī ana kāore koe i te pāngia.
4. Whakamōhiohia atu te Hauora Tūmatanui mēnā e hiahia ana koe i ētahi mea, kia pai ai tō koutou ko tō whānau noho ki te kāinga, me te tiaki i ētahi atu.

Haere ki tēnei hono mō ētahi atu mōhiohia <https://www.arphs.health.nz/public-health-topics/covid-19/for-cases-and-contacts/>

### He aha te tikanga o te noho whakamohoa?

Me tawhiti tō noho i ētahi atu tāngata kei tō kāinga. Mā tēnei e āwhina kia kore ai rātou e pāngia e te mate. Kaua e wehe i tō kāinga mō tētahi take i tua atu o te whai whakamātautau. Mēnā e māuiui ana koe, waea atu ki Healthline mō te kore utu i 0800 358 5453 mō ētahi tohutohu. Kaua e haere ki te whiwhi kano ārai mate, kaua e haere ki te mahi, ki ngā toa rānei. Me ngana ki te karo i te kuhunga ki ngā rūma kei reira ētahi atu tāngata. Mō ētahi atu mōhiohia e pā ana ki te noho mohoa, haere ki tēnei hononga <https://covid19.govt.nz/health-and-wellbeing/protect-yourself-and-others-from-covid-19/stay-home-if-youre-sick/#when-to-stay-home>

### Me aha ngā mema o taku whānau?

Me noho tō whānau i te kāinga, engari ka āhei ki te noho tahi. Kāore e taea e rātou te puta atu i te whare kia whiwhi rā anō koe i te hua o te Whakamātautau Rā 5 e kī ana kāore koe e pāngia ana. Mā Hauora Tūmatanui koe e waea atu ki te kite mēnā e hiahia ana koe i ētahi mea, ā, me te whakautu i āu pātai.

## Me aha au mēnā kua toro atu au ki tētahi wāhi whai pānga?

Ko ngā wāhi whai pānga he wāhi kua toro atu tētahi tangata kua pāngia e te KOWHEORI-19.

Ina pā te rongo ki a koe o te KOWHEORI-19 kei tētahi wāhi kua tae koe (hei tauira, whare karakia), tirohia te pae tukutuku o Te Manatū Hauora ki te kite mēnā kua tuhia hei wāhi whai pānga. E kōrero ana te pae tukutuku mō ngā mahi hei whai māu, ā, ka pēhea tō roa o te noho i te kāinga. Ka taea e koe te waea ki te Healthline i te 0800 358 5453 mō ngā tohutohu mēnā kāore koe i te mōhio me aha koe.



## Mēnā e kī ana tō whakamātautau e pāngia ana koe e te KOWHEORI-19, ka aha?

Ka tonoa koe kia haere ki tētahi whare whakamohoa pēnei i te Jet Park, Novotel rānei, kia pai ai tā mātou tautoko i a koe, me ō hiahia hauora. Ka waeahia koe e te whare i roto i te 24 hāora ki te kōrero i ngā whakaritenga waka kawae, otirā ka pēhea koe tae atu ai ki te whare, ā, āhea hoki.

Mā te Hauora Tūmatanui hoki e whakarite i tō āheinga ki ngā rongoā, ētahi atu taputapu hira rānei. Ka kōrero rātou ki a koe mō ētahi mema whānau ka mate pea ki te noho mohoa i tō taha. Ka uru pea ngā tamariki whirinaki. Ka tirohia e Hauora Tūmatanui tō hauora me te whakarite i ō whakamātautau KOWHEORI katoa i tēnei wā.

Ka kōrero te Hauora Tūmatanui ki ō mema whānau i te kāinga me te whakarite i te kai, te rongoā, me ētahi atu taputapu hira.

## Mēnā e kī ana taku whakamātautau kāore au i te pāngia e te KOWHEORI-19, ka aha?

Mēnā i whiwhi koe i te whakamātautau e kī ana kāore koe i te pāngia, mai i te Rā 5, me noho koe i te whakamohoa, kia whiwhi anō koe i te whakamātautau pērā - atu i te rā 12. Mēnā he pērā anō tēnei whakamātautau, ka taea e koe te wehe i te noho mohoa i te rā 14, mēnā e ora ana koe, ā, ka kī te Hauora Tūmatanui e wātea ana koe ki te wehe.

## Ka aha mēnā ka pāngia au e te mate?

Mēnā e māuiui ana koe, tō whānau rānei, tēnā haere kia whakamātauria ai. Waea atu ki Healthline i runga i te 0800 358 5453, tō tākuta rānei ki te kōrero i te take nei.

Ka uru ki ngā tohu o te KOWHEORI-19 tētahi, ētahi rānei o ēnei - ā, ka rite pea ki ētahi atu mate

\* te mātihetihe, te rere o te hūpē, he maremare hou, e kino haere ana rānei, he korokoro mamae, mate kirikā ka eke ki te 38°C neke atu rānei, manawa kiore, te ngaronga taupua o te rongo ā-ihu, te rerekē rānei o te rongo tāwara, te mate tikotiko, te ānini, te mamae uaua, tinana rānei, te whakapairuaki, te ruaki rānei.



## **Ka aha mēnā e pāngia ana au e te KOWHEORI-19?**

**Kua whakapā kē atu ngā kaimahi Hauora Tūmatanui ki a koe ki te whakamōhio atu kua pāngia koe e te KOWHEORI-19. Ināianei me noho mohoao koe, mai i ētahi atu tāngata kia kore ai koe e tuku i te huaketo ki ētahi atu. Mā te noho whakamohoao e āwhina ki te tiaki i tō whānau me tō hapori hoki.**

I te MIQ, ka whiwhi koe i tētahi rūma moe, he rūma kaukau me te pouaka whakaata. Ka whakaratoa ki a koe ngā kai me ngā timo kai, te āheinga ki te Wi-Fi kore utu me te ratonga horoi kākahu mutunga kore.

Ma te Hauora Tūmatanui koe e whakarite kia neke koe ki te MIQ. Ko te mōhiohio i [konei](#) hei āwhina i a koe kia mārama me aha koe me ngā mea e tūmanako ana ina tae atu koe ki reira.