

# Founga 'e 5 ki hono tauhi ho'o malimali ke mo'ui lelei 'i ho'o feitama



## Kai 'a e ngaahi me'akai mo'ui lelei kehekehe

- Kai 'a e ngaahi me'akai mo'ui lelei mei he ngaahi kulupu 'e fā 'o e me'akai'.
- Fili ha ngahi me'atokoni mo'ui lelei ki he sineki' (fakavaha'akai).
- Fakangatangata 'a e me'akai melie' ko e fakaneifua 'i ha ngaahi taimi pē 'e ni'ihi.



## Inu vai mo e hu'akau

- Ko e inu lelei taha' 'a e vai'.
- Ko e hu'akau' ko e ma'uanga kalasiume lelei pea e lava o tokoni'i ho'o ngaahi fiema'u fakame'atokoni lolotonga 'a e feitama'.
- Faka'ehi'ehi mei he ngaahi inu 'oku fakasuka'. 'Oku 'ikai lahi 'a e ngaahi ma'u'anga ivi' ai.



## Fufulu 'a e nifo 'aki 'a e kilimi fulunifo fuluolaiti (fluoride) 'i ha miniti 'ea, tu'o ua 'i he 'aho

- Fufulu tu'o ua 'i he 'aho hili 'a e pelekifasi' pea kimu'a 'i he taimi mohe'.
- Ngāue'aki 'a e polosi fulunifo 'oku molū pea mo e ha me'i kilimi si'si'i ki he kakai lalahi (mālohi 'aupito 'a e fuluolaiti).
- Folosi/heu 'a e me'akai 'i he nifo' faka'aho ke tokoni ke ma'a 'a e nifo' pea mo'ui lelei mo e te'enifo'.
- Faka'ehi'ehi mei he ngāue'aki 'e he kakai kehe ho'o polosi fulunifo' pea ke fetongi ho'o polosi 'i he mahina 'e tolu kotoa pe.
- Faka'ehi'ehi mei hono fufulu ho nifo' hili pe ha'o lua ke ta'ofi 'a e maumau ki he fo'i nifo. Pūpū ho ngutu' 'aki ha vai, pē ko hono fakavaivai'i 'o e 'esiti', tanaki ha sepuni tī 'e taha "baking soda" ki ha ipu vai 'e taha, 'o pūpū'aki.



## A'anu, 'oua 'e pūpū hili hono fufulu'ho nifo

- Ko e fuluolaiti 'i he kilimi fulunifo' 'oku ne ta'ofi 'a e kovi 'o e nifo'.
- Faka'ehi'ehi mei he kai pē inu hili 'a e fufulu 'o e nifo', tautefito ki he po'uli' kae lava 'a e fuluolaiti 'o kei ngāue ke malu'i mo fakafefeka'i 'a e nifo'.



## Tokanga ke sivi ma'u pe ho nifo

- 'Oku mahu'inga 'a e sivi nifo lolotonga 'a e feitama' ki ho'o mo'ui lelei pea mo e pēpē'.
- 'Oku malu ke tokanga'i 'a e nifo' 'i he taimi 'oku ke feitama ai'. Ko e sai taha' ke ke sio ki he toketā nifo' 'i he konga hono ua ho'o feitama'. 'Oku mahu'inga ke fakahā ki he toketā nifo 'a ho'o feitama' 'i he taimi 'oku ke apoinimeni ai.
- Sio ki ho'o toketā nifo' tu'o taha 'i he ta'u.
- 'Oku TA'ETOTONGI 'a e sivi nifo' kae 'oua kuo ke ta'u 18.



# Kiliniki Nifo' ma'ae Fānau 'i he Komiuniti

Ta'etotongi ki he fānau mei he ta'u 0-17

Ko e faito'o 'o e nifo 'o e fānau mei hono fānau'i ki he ta'u 18 'oku fakahoko ia 'e he ngaahi kiliniki nifo kehekehe fakatefito 'i he ta'u motu'a 'o e tamasi'i.

## Fānau mei honau fānau'i ki he kalasi 8 'i he ako

'Oku fakahoko ta'etotongi 'e he "Children's Community Dental Service" (Sevesi ki he nifo 'o e Fānau 'i he Komiuniti) ki he fānau mei he fa'ele'i ki he kalasi 8 'i he ako'. 'Oku mau fakahoko fatongia mei he ngaahi feitu'u ngaahi nifo 'e 83 'i 'Okalani. Ko e ngaahi ngāue'anga ko 'eni' 'oku kau kai ai 'a e ngaahi kiliniki 'i he komiuniti pea mo e ngaahi sevesi 'oku ngāue'aki 'a e me'alele. Ko e ngaahi me'a ngāue ko eni 'oku 'i ai 'a e ngaahi kiliniki 'oku 'i he komiuniti mo e ngaahi sevesi 'oku ngāue'aki 'a e ngaahi me'alele. Ko e tauhi 'o e nifo 'i he ngaahi Kiliniki Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti 'oku 'oku tokanga'i ia 'e he kau Toketā Nifo mo e kau fale'i ki he mo'ui lelei 'a e nifo' 'a ia ko e kau ngāue taukei 'i he sivi, faito'o mo e malu'i 'o e nifo. Ko e hā e tu'o lahi 'emau sio ki ho'o tamasi'i 'e fakatefito 'i he fiema'u 'a ho'o tamasi'i. 'E vakai'i 'e he 'emau toketā nifo 'a e fiema'u ho'o tamasi'i' pe a tokī talanoa atu kiate koe. Kataki fakatokanga'i 'oku 'ikai ke mau fakahoko ha ngāue ki he fehilihili'i 'a e nifo'.

## Fānau ako mei he kalasi 9 ki he ta'u 18 (Talavou)

Ko hono tokanga'i 'o e nifo 'o e kau talavou 'oku fakahoko ia 'e he ni'ihi kuo filifili/toketā nifo 'oku 'i ai 'enau aleapau ngāue mo e Poate Fakavahe ki he Mo'ui mei he Kalasi 9 'o a'u ki he ta'u 18. Tatau ai pe pē 'oku ako 'a e talavou, ngāue pe 'ikai, 'oku nau kei 'atā pe ki he ngaahi sevesi nifo ta'etotongi'. Ki ha toe fakamatala fekau'aku mo e hono sivi 'o e nifo 'o e talavou' pē ko hano kumi 'o ha fale ngaahi ngaahi nifo kuo 'osi fakapa'anga 'oku ofi atu kiate koe' kataki vakai ki he 'emau uepisaiti [www.ards.co.nz](http://www.ards.co.nz) pe telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583).

## Fetu'utaki ki he Sevesi Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti

Ke ma'u ha lisi 'o e Kiliniki Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti' 'oku ofi taha pē faingofua taha kataki 'o vakai ki he 'emau uepisaiti 'i he [www.ards.co.nz](http://www.ards.co.nz) Teke ma'u ai 'a e lisi 'o e fakaikiiki 'o e ngaahi fika fetu'utaki 'o 'emau ngaahi kiliniki. 'E tokoni atu 'a ho'o mou kau ngāue 'i he

kiliniki' ki hono lesisita ho'o tamasi'i pea mo hono 'ai ha'anе 'apoinimeni pē ko hono toe liliu. 'Ikai ko ia pē teke lava 'o telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583)

## Fakatonutonu 'a ho'o ngaahi fika fetu'utaki'

'E tokoni kiate kimautolu ke mau ma'u 'a e tu'asila fakamuimui taha 'a ho'o tamasi'i', fika telefoni, 'imeili mo e apiaiko. Kataki 'imeili mai ki he [ARDS@waitematadb.govt.nz](mailto:ARDS@waitematadb.govt.nz), fakataha mo e hingoa ho'o tamasi'i mo e Fika Fakafalemahaki' (NHI) kapau 'oku ma'u.

## Kapau 'oku mamahi 'a e nifo ho'o tamasi'i

Ke 'ai ha 'apoinimeni ho'o tamasi'i ki he Fakanonga 'a e Langa, kataki fetu'utaki ki ho'o kiliniki nifo 'a e fānau 'i he komiuniti pē telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583)

## Kapau na'e 'i ai ha fakatu'utāmaki felave'i mo e nifo ho'o tamasi'i

Kapau na'e 'i ai ha fakatu'utāmaki felave'i mo e nifo pe ngutu ho'o tamasi'i' 'oku mahu'inga ke lesisita 'a e fakatu'utamaki 'i he "Accident Compensation Corporation" (ACC). Ke fakahoko 'eni, kataki 'o fetu'utaki ki he toketā nifo fakakolo' pe fetu'utaki hangatonu ki he sevesi tu'a - taimi'. 'E kole atu kiate koe ke ke fakafonu 'a e foomu ACC pea 'e malava ke 'i ai 'a e totongi - 'Oku mau fokotu'u atu ke ke 'eke ki ho'o toketā nifo fakakolo' pe sevisi ngāue tu'a - taimi felavei mo e totongi 'o hono 'ai 'o e 'apoinimeni'. 'E 'ikai lava 'e he' emau kau therapist 'o lesisita 'a e fakatu'utamaki 'o ho'o tamasi'i ki he ACC ka temau fiefia ke 'oatu ha fa'ahinga fale'i.

## Kapau 'oku mamahi'ia ho'o tamasi'i hili 'a e taimi ngāue anga maheni

'I he ngaahi kiliniki lahi, ko 'emau taimi ngāue 'oku mei he 8am-4.30pm Monite -Falaite. Kapau 'e fiema'u 'e ho'o tamasi'i ha 'apoinimeni ke Fakasi'isi'i 'a e Mamahi 'i ha taimi kehe, kataki fetu'utaki ki ho'o toketā nifo fakakolo' pē fetu'utaki hangatonu ki he sevesi ngāue tu'a - taimi. Kataki fakatokanga'i 'e 'ikai ta'etotongi 'eni, ko ia 'oku mau fokotu'u atu ke ke fepotalanoa'aki mo ho'o toketā nifo fakakolo' pe sevesi tu'a-taimi' 'i he taimi te ke puka ai 'a e 'apoinimeni.

# Founga 'e 5 ki hono tauhi ke kei malimali 'etau ngaahi pēpē valevale (mahina 0-6)



## Kai 'a e ngaahi me'akai mo'ui lelei kehekehe.

- 'I hono fakaangaanga 'a e me'akai fefeka', filifili pea teuteu ha ngaahi me'akai mo'ui lelei kehekehe.
- Ko e me'akai lelei taha' 'a e me'akai 'oku fo'ou pea 'i hono to'ukai.
- Faka'ehi'ehi mei hono ngāue'aki 'a e sepuni 'oku ngāue'aki 'e ha taha kehe ki hono fafanga 'a ho'o pēpē.



## Ko e hu'a huhu 'oku lelei taha

- Fakahuhu 'ata'atā pē 'a e pēpē' kae'oua leva ke 'au 'o mahina 6 pe ofi ki ai pea hokohoko atu pe hono fakahuhu' kae 'oua leva ke ta'u taha pē lahi ai.
- Kapau 'oku 'ikai fakahuhu, ngāue'aki ha ipu pē ha hina kuo tatau ki ai ha hu'a huhu pē hu'akau efuefu ki he pēpē'.
- 'Oua na'a ke 'ai ha inu melie ki he hina' pe ipu'.
- Faka'ehi'ehi mei he fakamohemohe 'aki 'a e pēpē 'a e hina huhu'.
- Faka'ehi'ehi mei hono vali 'aki 'a e hone pē ha toe fa'ahinga suka/me'a melie 'a mata'ihuhu' (dummy).



## Fufulu 'a e nifo 'aki 'a e kilimi fulunifo fuluolaiti (fluoride) 'i ha miniti 'e ua, tu'o ua 'i he 'aho

- Fufulu 'a e nifo 'o ho'o pēpē' tu'o ua 'i he 'aho, 'i he taimi pe 'oku 'asi/tupu ai'.
- Ngāue'aki ha konga tupenu molū pe koha ki'i polosi fulunifo molū si'isi'i moha ki'i me'i kilimi fulunifo si'isi'i ki he kakai lalahi (malohi 'aupito 'a e fuluolaiti).



## 'A'anu, 'oua 'e pūpū hili hono fufulu'ho nifo

- Ko e fuluolaiti 'i he kilimi fulunifo 'oku ne ta'ofi 'a e kovi 'o e nifo'.
- Faka'ehi'ehi mei hono pūpū 'a e ngutu 'a ho'o pēpē hili hono fufulu' ko e 'uhi ke lava 'a e fuluolaiti 'o kei ngāue pe ke malu'i mo fakamalohi'i hono nifo.



## Tokanga ke sivi ma'u pe ho nifo

- Mahu'inga 'a e nifo 'o e pēpē'. Ko e nifo pēpē' 'oku mahu'inga ki he kai, lea mo hono fakafuo 'o e kaungao'.
- 'Oku lesisita 'a e pēpē' 'i hono fa'ele'i 'i he sevesi nifo fakakolo'.
- 'Oku mateuteu 'a e pēpē' ke kau ki he 'enau 'uluaki 'apoinimeni ki he mo'ui lelei 'a e nifo' kimu'a pea nau mahina 12.
- 'Oku TA'ETOTONGI 'a e sivi nifo' kae 'oua kuo ke ta'u 18.



# Kiliniki Nifo' ma'ae Fānau 'i he Komiuniti

Ta'etotongi ki he fānau mei he ta'u 0-17

Ko e faito'o 'o e nifo 'o e fānau mei hono fānau'i ki he ta'u 18 'oku fakahoko ia 'e he ngaahi kiliniki nifo kehekehe fakatefito 'i he ta'u motu'a 'o e tamasi'i.

## Fānau mei honau fānau'i ki he kalasi 8 'i he ako

'Oku fakahoko ta'etotongi 'e he "Children's Community Dental Service" (Sevesi ki he nifo 'o e Fānau 'i he Komiuniti) ki he fānau mei he fa'ele'i ki he kalasi 8 'i he ako'. 'Oku mau fakahoko fatongia mei he ngaahi feitu'u ngaahi nifo 'e 83 'i 'Okalani. Ko e ngaahi ngāue'anga ko 'eni' 'oku kau kai ai 'a e ngaahi kiliniki 'i he komiuniti pea mo e ngaahi sevesi 'oku ngāue'aki 'a e me'alele. Ko e ngaahi me'a ngāue ko eni 'oku 'i ai 'a e ngaahi kiliniki 'oku 'i he komiuniti mo e ngaahi sevesi 'oku ngāue'aki 'a e ngaahi me'alele. Ko e tauhi 'o e nifo 'i he ngaahi Kiliniki Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti 'oku 'oku tokanga'i ia 'e he kau Toketā Nifo mo e kau fale'i ki he mo'ui lelei 'a e nifo' 'a ia ko e kau ngāue taukei 'i he sivi, faito'o mo e malu'i 'o e nifo. Ko e hā e tu'o lahi 'emau sio ki ho'o tamasi'i 'e fakatefito 'i he fiema'u 'a ho'o tamasi'i. 'E vakai'i 'e he 'emau toketā nifo 'a e fiema'u ho'o tamasi'i' pe a tokī talanoa atu kiate koe. Kataki fakatokanga'i 'oku 'ikai ke mau fakahoko ha ngāue ki he fehilihili'i 'a e nifo'.

## Fānau ako mei he kalasi 9 ki he ta'u 18 (Talavou)

Ko hono tokanga'i 'o e nifo 'o e kau talavou 'oku fakahoko ia 'e he ni'ihi kuo filifili/toketā nifo 'oku 'i ai 'enau aleapau ngāue mo e Poate Fakavahe ki he Mo'ui mei he Kalasi 9 'o a'u ki he ta'u 18. Tatau ai pe pē 'oku ako 'a e talavou, ngāue pe 'ikai, 'oku nau kei 'atā pe ki he ngaahi sevesi nifo ta'etotongi'. Ki ha toe fakamatala fekau'aku mo e hono sivi 'o e nifo 'o e talavou' pē ko hano kumi 'o ha fale ngaahi ngaahi nifo kuo 'osi fakapa'anga 'oku ofi atu kiate koe' kataki vakai ki he 'emau uepisaiti [www.ards.co.nz](http://www.ards.co.nz) pe telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583).

## Fetu'utaki ki he Sevesi Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti

Ke ma'u ha lisi 'o e Kiliniki Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti' 'oku ofi taha pē faingofua taha kataki 'o vakai ki he 'emau uepisaiti 'i he [www.ards.co.nz](http://www.ards.co.nz) Teke ma'u ai 'a e lisi 'o e fakaikiiki 'o e ngaahi fika fetu'utaki 'o 'emau ngaahi kiliniki. 'E tokoni atu 'a ho'o mou kau ngāue 'i he

kiliniki' ki hono lesisita ho'o tamasi'i pea mo hono 'ai ha'ané 'apoinimeni pē ko hono toe liliu. 'Ikai ko ia pē teke lava 'o telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583)

## Fakatonutonu 'a ho'o ngaahi fika fetu'utaki'

'E tokoni kiate kimautolu ke mau ma'u 'a e tu'asila fakamuimui taha 'a ho'o tamasi'i', fika telefoni, 'imeili mo e apiaiko. Kataki 'imeili mai ki he [ARDS@waitematadb.govt.nz](mailto:ARDS@waitematadb.govt.nz), fakataha mo e hingoa ho'o tamasi'i mo e Fika Fakafalemahaki' (NHI) kapau 'oku ma'u.

## Kapau 'oku mamahi 'a e nifo ho'o tamasi'i

Ke 'ai ha 'apoinimeni ho'o tamasi'i ki he Fakanonga 'a e Langa, kataki fetu'utaki ki ho'o kiliniki nifo 'a e fānau 'i he komiuniti pē telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583)

## Kapau na'e 'i ai ha fakatu'utāmaki felave'i mo e nifo ho'o tamasi'i

Kapau na'e 'i ai ha fakatu'utāmaki felave'i mo e nifo pe ngutu ho'o tamasi'i' 'oku mahu'inga ke lesisita 'a e fakatu'utamaki 'i he "Accident Compensation Corporation" (ACC). Ke fakahoko 'eni, kataki 'o fetu'utaki ki he toketā nifo fakakolo' pe fetu'utaki hangatonu ki he sevesi tu'a - taimi'. 'E kole atu kiate koe ke ke fakafonu 'a e foomu ACC pea 'e malava ke 'i ai 'a e totongi - 'Oku mau fokotu'u atu ke ke 'eke ki ho'o toketā nifo fakakolo' pe sevisi ngāue tu'a - taimi felavei mo e totongi 'o hono 'ai 'o e 'apoinimeni'. 'E 'ikai lava 'e he'emau kau therapist 'o lesisita 'a e fakatu'utamaki 'o ho'o tamasi'i ki he ACC ka temau fiefia ke 'oatu ha fa'ahinga fale'i.

## Kapau 'oku mamahi'ia ho'o tamasi'i hili 'a e taimi ngāue anga maheni

'I he ngaahi kiliniki lahi, ko 'emau taimi ngāue 'oku mei he 8am-4.30pm Monite -Falaite. Kapau 'e fiema'u 'e ho'o tamasi'i ha 'apoinimeni ke Fakasi'isi'i 'a e Mamahi 'i ha taimi kehe, kataki fetu'utaki ki ho'o toketā nifo fakakolo' pē fetu'utaki hangatonu ki he sevesi ngāue tu'a - taimi. Kataki fakatokanga'i 'e 'ikai ta'etotongi 'eni, ko ia 'oku mau fokotu'u atu ke ke fepotalanoa'aki mo ho'o toketā nifo fakakolo' pe sevesi tu'a-taimi' 'i he taimi te ke puka ai 'a e 'apoinimeni.

# Founga 'e 5 ki hono tauhi ke kei malimali 'a 'etau longa'i fānau ako tokamu'a/kinitī



## Kai 'a e ngaahi me'akai mo'ui lelei kehekehe

- Ko e me'akai lelei taha' 'a e me'akai 'oku fo'ou pea 'i hono to'ukai.
- Fili ha ngahi me'atokoni mo'ui lelei ki he sineki' (fakavaha'akai).
- 'Oku totonu ke kai sineki 'a e fānau 'i ha taimi pau, hangē ko e taimi ti pongipongi mo e ti efiafi, pea faka'ehi'ehi mei ha toe kai lolotonga 'a e 'aho'.
- Fakangatangata 'a e me'akai melie' ko e fakaneifua 'i ha ngaahi taimi pē 'e ni'ihi.



## Inu vai mo e hu'akau



- Ko e inu lelei taha' 'a e vai'.
- Fakahuhu 'ata'atā pē 'a e pēpē kae 'oua leva ke 'au 'o mahina 6 pe ofi ki ai, pea hokohoko atu hono fakahuhu kae 'oua leva ke ta'u taha 'a e pēpē'.
- Kapau 'oku fafanga mei ha hina, faka'ehi'ehi mei hono ngāue'aki 'a e hina' hili 'a e mahina 12 pe ta'u taha 'ae pēpē'.
- 'Oua 'e 'oange 'a e hu'akau pulu' kimu'a 'i he mahina 12 'a e pēpē'. Ko e hu'akau kakato (whole milk) 'oku lelei ki he fānau 'oku ta'u taha ki he ta'u ua. Ko e hu'akau 'oku fakasi'isi'i ai 'a e ngako (reduced fat) moe hu'akau 'oku ma'ulalo 'ai 'a e ngako (low fat) 'oku 'i ai 'a e ngaahi ivi 'oku fiema'u 'e ho'o tamasi'i' ki he'ene tupu', pea 'e lava ke ne kamata ngāue'aki mei he'ene ta'u ua'.



## Fufulu 'a e nifo 'aki 'a e kilimi fulunifo fuluolaiti (fluoride) 'i ha miniti 'e ua, tu'o ua 'i he 'aho

- Fufulu tu'o ua 'i he 'aho hili 'a e pelekifasi' pea kimu'a 'i he taimi mohe'.
- Ki he fānau ako kinitī', ngāue'aki ha polosi fulunifo 'oku molū mo e ki'i me'i kilimi fulunifo si'isi'i ki he kakai lalahi (malohi 'aupto 'a e fuluolaiti).
- Tokoni ki he fānau si'i hifo 'i he ta'u fitu' 'i hono fufulu honau nifo. 'E mei faingofua ange kiate koe ke te'u mei mui 'i ho'o tamasi'i 'o puke fakafō'ohake hono 'ulu ki mui ka ke fufulu' hono nifo.
- Faka'ehi'ehi mei hono ngāue tokolahī 'aki 'a e polosi fulunifo' he tene fakamafola 'a e siemu pakitilia 'a ia tene lava ke maumau'i 'a e nifo'.



## 'A'anu, 'oua 'e pūpū hili hono fufulu' ho nifo

- Ko e fuluolaiti 'i he kilimi fulunifo' 'oku ne ta'ofi 'a e kovi 'o e nifo'.
- Hili hono fufulu', faka'ai'ai 'a e fānau ke pu'aki 'a e kilimi fulunifo' ki kitu'a pea 'oua 'e pūpū honau ngutu'.



## Tokanga'i TA'ETOTONGI 'o e nifo' ki he ni'ihi 'oku si'i hifo 'i he ta'u 18

- Mahu'inga 'a e nifo 'o e pēpē'. Ko e nifo pēpē' 'oku mahu'inga ki he kai, lea mo hono fakafuo 'o e kaungao'.
- Huke'i 'a e la'i ngutu' 'i he mahina kotoa 'o vakai'i ha faka'ilonga 'o e maumau 'a e nifo' (ava).
- 'Oku totonu ke hokohoko atu 'a e o 'a e fānau ako tokamu'a /kinitī ki he kiliniki nifo' 'i he taimi tu'upau.



# Kiliniki Nifo' ma'ae Fānau 'i he Komiuniti

Ta'etotongi ki he fānau mei he ta'u 0-17

Ko e faito'o 'o e nifo 'o e fānau mei hono fānau'i ki he ta'u 18 'oku fakahoko ia 'e he ngaahi kiliniki nifo kehekehe fakatefito 'i he ta'u motu'a 'o e tamasi'i.

## Fānau mei honau fānau'i ki he kalasi 8 'i he ako

'Oku fakahoko ta'etotongi 'e he "Children's Community Dental Service" (Sevesi ki he nifo 'o e Fānau 'i he Komiuniti) ki he fānau mei he fa'ele'i ki he kalasi 8 'i he ako'. 'Oku mau fakahoko fatongia mei he ngaahi feitu'u ngaahi nifo 'e 83 'i 'Okalani. Ko e ngaahi ngāue'anga ko 'eni' 'oku kau kai ai 'a e ngaahi kiliniki 'i he komiuniti pea mo e ngaahi sevesi 'oku ngāue'aki 'a e me'alele. Ko e ngaahi me'a ngāue ko eni 'oku 'i ai 'a e ngaahi kiliniki 'oku 'i he komiuniti mo e ngaahi sevesi 'oku ngāue'aki 'a e ngaahi me'alele. Ko e tauhi 'o e nifo 'i he ngaahi Kiliniki Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti 'oku 'oku tokanga'i ia 'e he kau Toketā Nifo mo e kau fale'i ki he mo'ui lelei 'a e nifo' 'a ia ko e kau ngāue taukei 'i he sivi, faito'o mo e malu'i 'o e nifo. Ko e hā e tu'o lahi 'emau sio ki ho'o tamasi'i 'e fakatefito 'i he fiema'u 'a ho'o tamasi'i. 'E vakai'i 'e he 'emau toketā nifo 'a e fiema'u ho'o tamasi'i' pe a tokī talanoa atu kiate koe. Kataki fakatokanga'i 'oku 'ikai ke mau fakahoko ha ngāue ki he fehilihili'i 'a e nifo'.

## Fānau ako mei he kalasi 9 ki he ta'u 18 (Talavou)

Ko hono tokanga'i 'o e nifo 'o e kau talavou 'oku fakahoko ia 'e he ni'ihi kuo filifili/toketā nifo 'oku 'i ai 'enau aleapau ngāue mo e Poate Fakavahe ki he Mo'ui mei he Kalasi 9 'o a'u ki he ta'u 18. Tatau ai pe pē 'oku ako 'a e talavou, ngāue pe 'ikai, 'oku nau kei 'atā pe ki he ngaahi sevesi nifo ta'etotongi'. Ki ha toe fakamatala fekau'aku mo e hono sivi 'o e nifo 'o e talavou' pē ko hano kumi 'o ha fale ngaahi ngaahi nifo kuo 'osi fakapa'anga 'oku ofi atu kiate koe' kataki vakai ki he 'emau uepisaiti [www.ards.co.nz](http://www.ards.co.nz) pe telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583).

## Fetu'utaki ki he Sevesi Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti

Ke ma'u ha lisi 'o e Kiliniki Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti' 'oku ofi taha pē faingofua taha kataki 'o vakai ki he 'emau uepisaiti 'i he [www.ards.co.nz](http://www.ards.co.nz) Teke ma'u ai 'a e lisi 'o e fakaikiiki 'o e ngaahi fika fetu'utaki 'o 'emau ngaahi kiliniki. 'E tokoni atu 'a ho'o mou kau ngāue 'i he

kiliniki' ki hono lesisita ho'o tamasi'i pea mo hono 'ai ha'anе 'apoinimeni pē ko hono toe liliu. 'Ikai ko ia pē teke lava 'o telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583)

## Fakatonutonu 'a ho'o ngaahi fika fetu'utaki'

'E tokoni kiate kimautolu ke mau ma'u 'a e tu'asila fakamuimui taha 'a ho'o tamasi'i', fika telefoni, 'imeili mo e apiaiko. Kataki 'imeili mai ki he [ARDS@waitematadb.govt.nz](mailto:ARDS@waitematadb.govt.nz), fakataha mo e hingoa ho'o tamasi'i mo e Fika Fakafalemahaki' (NHI) kapau 'oku ma'u.

## Kapau 'oku mamahi 'a e nifo ho'o tamasi'i

Ke 'ai ha 'apoinimeni ho'o tamasi'i ki he Fakanonga 'a e Langa, kataki fetu'utaki ki ho'o kiliniki nifo 'a e fānau 'i he komiuniti pē telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583)

## Kapau na'e 'i ai ha fakatu'utāmaki felave'i mo e nifo ho'o tamasi'i

Kapau na'e 'i ai ha fakatu'utāmaki felave'i mo e nifo pe ngutu ho'o tamasi'i' 'oku mahu'inga ke lesisita 'a e fakatu'utamaki 'i he "Accident Compensation Corporation" (ACC). Ke fakahoko 'eni, kataki 'o fetu'utaki ki he toketā nifo fakakolo' pe fetu'utaki hangatonu ki he sevesi tu'a - taimi'. 'E kole atu kiate koe ke ke fakafonu 'a e foomu ACC pea 'e malava ke 'i ai 'a e totongi - 'Oku mau fokotu'u atu ke ke 'eke ki ho'o toketā nifo fakakolo' pe sevisi ngāue tu'a - taimi felavei mo e totongi 'o hono 'ai 'o e 'apoinimeni'. 'E 'ikai lava 'e he'emau kau therapist 'o lesisita 'a e fakatu'utamaki 'o ho'o tamasi'i ki he ACC ka temau fiefia ke 'oatu ha fa'ahinga fale'i.

## Kapau 'oku mamahi'ia ho'o tamasi'i hili 'a e taimi ngāue anga maheni

'I he ngaahi kiliniki lahi, ko 'emau taimi ngāue 'oku mei he 8am-4.30pm Monite -Falaite. Kapau 'e fiema'u 'e ho'o tamasi'i ha 'apoinimeni ke Fakasi'isi'i 'a e Mamahi 'i ha taimi kehe, kataki fetu'utaki ki ho'o toketā nifo fakakolo' pē fetu'utaki hangatonu ki he sevesi ngāue tu'a - taimi. Kataki fakatokanga'i 'e 'ikai ta'etotongi 'eni, ko ia 'oku mau fokotu'u atu ke ke fepotalanoa'aki mo ho'o toketā nifo fakakolo' pe sevesi tu'a-taimi' 'i he taimi te ke puka ai 'a e 'apoinimeni.

# Founga 'e 5 ki hono tauhi ke kei malimali 'etau fānau



## Kai 'a e ngaahi me'akai mo'ui lelei kehekehe

- Ko e me'akai lelei taha' 'a e me'akai 'oku fo'ou pea 'i hono to'ukai.
- Fili ha ngahi me'atokoni mo'ui lelei ki he sineki' (fakavaha'akai).
- Fakangatangata 'a e me'akai melie' ko e fakaneifua 'i ha ngaahi taimi pē 'e ni'ihi.
- 'Oku totonu ke kai sineki 'a e fānau 'i ha taimi pau, hangē ko e taimi ti pongipongi mo e ti efiafi, pea faka'ehi'ehi mei ha toe kai lolotonga 'a e 'aho'.



## Inu vai mo e hu'akau

- Ko e inu lelei taha' 'a e vai'.
- Ko e vai' ko e inu lelei taha ia ke 'ave ki he ako' 'i he taimi 'oku va'inga 'i ha sipoti 'oku milimili sino.
- Manatu'i ke tui ha me'a malu'i ki he ngutu' 'i he taimi 'e vainga sipoti ai'.
- Ko e hu'akau 'oku fakasi'isi'i ai 'a e ngako'moe hu'akau 'oku mā'ulalo ai 'a e ngako' 'oku 'i ai 'a e ngaahi ivi 'oku fiema'u 'e ho'o tamasi'i ki he 'ene tupu'.



## Fufulu 'a e nifo 'aki 'a e kilimi fulunifo fuluolaiti (fluoride) 'i ha miniti 'e ua, tu'o ua 'i he 'aho

- Fufulu tu'o ua 'i he 'aho hili 'a e pelekifasi' pea kimu'a 'i he taimi mohe'.
- Ki he fānau 'oku lahi hake 'i he ta'u nima', ngāue'aki 'a e polosi fulunifo 'oku molū pea mo e me'i kilimi si'isi'i ki he kakai lalahi (mālohi 'aupito 'a e fuluolaiti).
- Tokoni ki he fānau si'i hifo 'i he ta'u fitu' 'i hono fufulu honau nifo.
- Faka'ehi'ehi mei hono ngāue tokolahi 'aki 'a e polosi fulunifo' he tene fakamafola 'a e siemu pakitilia 'a ia tene lava ke maumau'i 'a e nifo'.
- Fetongi ho'o polosi fulunifo' 'i he mahina 'e tolu kotoa pe.



## 'A'anu, 'oua 'e pūpū hili hono fufulu'ho nifo

- Ko e fuluolaiti 'i he kilimi fulunifo' 'oku ne ta'ofi 'a e kovi 'o e nifo'.
- Fakalotolahī'i 'a e fānau ke 'oua tenau folo 'a e kilimi fulunifo'.
- Faka'ehi'ehi mei he kai pē inu hili 'a e fufulu 'o e nifo', tautefito ki he po'uli' kae. lava 'a e fuluolaiti 'o kei ngāue ke malu'i mo fakafefeka'i 'a e nifo'.



## Tokanga'i TA'ETOTONGI 'o e nifo' ki he ni'ihi 'oku si'i hifo 'i he ta'u 18

- Huke'i 'a e la'i ngutu' 'i he mahina kotoa 'o vakai'i ha faka'ilonga 'o e maumau 'a e nifo' (ava).
- 'Oua 'e tatali ke palopalema'ia 'a e nifo; 'ave ho'o tamasi'i ke sivi 'i he taimi tu'upau.
- 'Oku TA'ETOTONGI 'a e sivi nifo' kae 'oua kuo ke ta'u 18.
- 'Oku totonu ke hokohoko atu 'a e 'alu ma'u pe 'a e fānau' ki he kiliniki nifo.



# Kiliniki Nifo' ma'ae Fānau 'i he Komiuniti

Ta'etotongi ki he fānau mei he ta'u 0-17

Ko e faito'o 'o e nifo 'o e fānau mei hono fānau'i ki he ta'u 18 'oku fakahoko ia 'e he ngaahi kiliniki nifo kehekehe fakatefito 'i he ta'u motu'a 'o e tamasi'i.

## Fānau mei honau fānau'i ki he kalasi 8 'i he ako

'Oku fakahoko ta'etotongi 'e he "Children's Community Dental Service" (Sevesi ki he nifo 'o e Fānau 'i he Komiuniti) ki he fānau mei he fa'ele'i ki he kalasi 8 'i he ako'. 'Oku mau fakahoko fatongia mei he ngaahi feitu'u ngaahi nifo 'e 83 'i 'Okalani. Ko e ngaahi ngāue'anga ko 'eni' 'oku kau kai ai 'a e ngaahi kiliniki 'i he komiuniti pea mo e ngaahi sevesi 'oku ngāue'aki 'a e me'alele. Ko e ngaahi me'a ngāue ko eni 'oku 'i ai 'a e ngaahi kiliniki 'oku 'i he komiuniti mo e ngaahi sevesi 'oku ngāue'aki 'a e ngaahi me'alele. Ko e tauhi 'o e nifo 'i he ngaahi Kiliniki Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti 'oku 'oku tokanga'i ia 'e he kau Toketā Nifo mo e kau fale'i ki he mo'ui lelei 'a e nifo' 'a ia ko e kau ngāue taukei 'i he sivi, faito'o mo e malu'i 'o e nifo. Ko e hā e tu'o lahi 'emau sio ki ho'o tamasi'i 'e fakatefito 'i he fiema'u 'a ho'o tamasi'i. 'E vakai'i 'e he 'emau toketā nifo 'a e fiema'u ho'o tamasi'i' pe a tokī talanoa atu kiate koe. Kataki fakatokanga'i 'oku 'ikai ke mau fakahoko ha ngāue ki he fehilihili'i 'a e nifo'.

## Fānau ako mei he kalasi 9 ki he ta'u 18 (Talavou)

Ko hono tokanga'i 'o e nifo 'o e kau talavou 'oku fakahoko ia 'e he ni'ihi kuo filifili/toketā nifo 'oku 'i ai 'enau aleapau ngāue mo e Poate Fakavahe ki he Mo'ui mei he Kalasi 9 'o a'u ki he ta'u 18. Tatau ai pe pē 'oku ako 'a e talavou, ngāue pe 'ikai, 'oku nau kei 'atā pe ki he ngaahi sevesi nifo ta'etotongi'. Ki ha toe fakamatala fekau'aku mo e hono sivi 'o e nifo 'o e talavou' pē ko hano kumi 'o ha fale ngaahi ngaahi nifo kuo 'osi fakapa'anga 'oku ofi atu kiate koe' kataki vakai ki he 'emau uepisaiti [www.ards.co.nz](http://www.ards.co.nz) pe telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583).

## Fetu'utaki ki he Sevesi Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti

Ke ma'u ha lisi 'o e Kiliniki Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti' 'oku ofi taha pē faingofua taha kataki 'o vakai ki he 'emau uepisaiti 'i he [www.ards.co.nz](http://www.ards.co.nz) Teke ma'u ai 'a e lisi 'o e fakaikiiki 'o e ngaahi fika fetu'utaki 'o 'emau ngaahi kiliniki. 'E tokoni atu 'a ho'o mou kau ngāue 'i he

kiliniki' ki hono lesisita ho'o tamasi'i pea mo hono 'ai ha'anе 'apoinimeni pē ko hono toe liliu. 'Ikai ko ia pē teke lava 'o telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583)

## Fakatonutonu 'a ho'o ngaahi fika fetu'utaki'

'E tokoni kiate kimautolu ke mau ma'u 'a e tu'asila fakamuimui taha 'a ho'o tamasi'i', fika telefoni, 'imeili mo e apiaiko. Kataki 'imeili mai ki he [ARDS@waitematadb.govt.nz](mailto:ARDS@waitematadb.govt.nz), fakataha mo e hingoa ho'o tamasi'i mo e Fika Fakafalemahaki' (NHI) kapau 'oku ma'u.

## Kapau 'oku mamahi 'a e nifo ho'o tamasi'i

Ke 'ai ha 'apoinimeni ho'o tamasi'i ki he Fakanonga 'a e Langa, kataki fetu'utaki ki ho'o kiliniki nifo 'a e fānau 'i he komiuniti pē telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583)

## Kapau na'e 'i ai ha fakatu'utāmaki felave'i mo e nifo ho'o tamasi'i

Kapau na'e 'i ai ha fakatu'utāmaki felave'i mo e nifo pe ngutu ho'o tamasi'i' 'oku mahu'inga ke lesisita 'a e fakatu'utamaki 'i he "Accident Compensation Corporation" (ACC). Ke fakahoko 'eni, kataki 'o fetu'utaki ki he toketā nifo fakakolo' pe fetu'utaki hangatonu ki he sevesi tu'a - taimi'. 'E kole atu kiate koe ke ke fakafonu 'a e foomu ACC pea 'e malava ke 'i ai 'a e totongi - 'Oku mau fokotu'u atu ke ke 'eke ki ho'o toketā nifo fakakolo' pe sevisi ngāue tu'a - taimi felavei mo e totongi 'o hono 'ai 'o e 'apoinimeni'. 'E 'ikai lava 'e he' emau kau therapist 'o lesisita 'a e fakatu'utamaki 'o ho'o tamasi'i ki he ACC ka temau fiefia ke 'oatu ha fa'ahinga fale'i.

## Kapau 'oku mamahi'ia ho'o tamasi'i hili 'a e taimi ngāue anga maheni

'I he ngaahi kiliniki lahi, ko 'emau taimi ngāue 'oku mei he 8am-4.30pm Monite -Falaite. Kapau 'e fiema'u 'e ho'o tamasi'i ha 'apoinimeni ke Fakasi'isi'i 'a e Mamahi 'i ha taimi kehe, kataki fetu'utaki ki ho'o toketā nifo fakakolo' pē fetu'utaki hangatonu ki he sevesi ngāue tu'a - taimi. Kataki fakatokanga'i 'e 'ikai ta'etotongi 'eni, ko ia 'oku mau fokotu'u atu ke ke fepotalanoa'aki mo ho'o toketā nifo fakakolo' pe sevesi tu'a-taimi' 'i he taimi te ke puka ai 'a e 'apoinimeni.

# Founga 'e 5 ke tauhi ke kei malimali 'etau fānau talavou si'i'



## Kai 'a e ngaahi me'akai mo'ui lelei kehekehe

- Ko e me'akai lelei taha' 'a e me'akai 'oku fo'ou pea 'i hono to'ukai.
- Fili ha ngahi me'atokoni mo'ui lelei ki he sineki' (fakava'ahakai).
- Fakangatangata 'a e me'akai melie' ko e fakaneifua 'i ha ngahi taimi pē 'e ni'ihi.
- Ko e tamaikei kei talavou si'i' 'oku totonu kenau sineki 'i ha taimi pau, hange ko e taimi tī pongipongi mo e tī efiafi, pea faka'ehi'ehi mei he toe kai lolotonga 'a e 'aho'.



## Inu vai mo e hu'akau

- Ko e inu lelei taha' 'a e vai'.
- Ko e vai' ko e inu lelei taha ia ke 'ave ki he ako' 'i he taimi 'oku va'inga 'i ha sipoti 'oku milimili sino. Manatu'i ke tui ha me'a malu'i ki he ngutu' 'i he taimi 'e vainga sipoti ai'.
- Ko e hu'akau 'oku fakasi'isi'i ai 'a e ngako'moe hu'akau 'oku mā'ulalo ai 'a e ngako' 'oku 'i ai 'a e ngaahi ivi 'oku fiema'u 'e ho'o tamasi'i ki he 'ene tupu'.



## Fufulu 'a e nifo 'aki 'a e kilimi fulunifo fuluolaiti (fluoride) 'i ha miniti 'ua, tu'o ua 'i he 'aho

- Fufulu tu'o ua 'i he 'aho hili 'a e pelekifasi' pea kimu'a 'i he taimi mohe'.
- Ngāue'aki 'a e polosi fulunifo 'oku molū pea mo e ha me'i kilimi si'isi'i ki he kakai lalahi (mālohi 'aupito 'a e fuluolaiti).
- Folosi/heu 'a e me'akai 'i he nifo' faka'aho ke tokoni ke ma'a 'a e nifo' pea mo'ui lelei mo e te'enifo'.
- Faka'ehi'ehi mei hono ngāue tokolahi 'aki 'a e polosi fulunifo' he tene fakamafola 'a e siemu pakitilia 'a ia tene lava ke maumau'i 'a e nifo'.
- Fetongi ho'o polosi fulunifo' 'i he mahina 'e tolu kotoa pe.



## 'A'anu, 'oua 'e pūpū hili hono fufulu'ho nifo

- Ko e fuluolaiti 'i he kilimi fulunifo' 'oku ne ta'ofi 'a e kovi 'o e nifo'.
- Faka'ehi'ehi mei he kai pē inu hili 'a e fufulu 'o e nifo', tautefito ki he po'uli' kae lava 'a e fuluolaiti 'o kei ngāue ke malu'i mo fakafefeka'i 'a e nifo'.



## Tokanga'i TA'ETOTONGI 'o e nifo' ki he ni'ihi 'oku si'i hifo 'i he ta'u 18

- 'Oku TA'ETOTONGI\* 'a e sivi nifo' mei he fanau'i ki he ta'u 18, neongo ai pē kapau 'oku 'ikai te ke kei ako.
- 'Oku totonu ke o 'a e fānau talavaou si'i' ki he kiliniki nifo' tu'o taha 'i he ta'u.
- Fetu'utaki ki he 0800 TALK TEETH (0800 825583) ke ma'u ha toketā nifo ke sio ta'etotongi ki ho nifo'.



# Kiliniki Nifo' ma'ae Fānau 'i he Komiuniti

Ta'etotongi ki he fānau mei he ta'u 0-17

Ko e faito'o 'o e nifo 'o e fānau mei hono fānau'i ki he ta'u 18 'oku fakahoko ia 'e he ngaahi kiliniki nifo kehekehe fakatefito 'i he ta'u motu'a 'o e tamasi'i.

## Fānau mei honau fānau'i ki he kalasi 8 'i he ako

'Oku fakahoko ta'etotongi 'e he "Children's Community Dental Service" (Sevesi ki he nifo 'o e Fānau 'i he Komiuniti) ki he fānau mei he fa'ele'i ki he kalasi 8 'i he ako'. 'Oku mau fakahoko fatongia mei he ngaahi feitu'u ngaahi nifo 'e 83 'i 'Okalani. Ko e ngaahi ngāue'anga ko 'eni' 'oku kau kai ai 'a e ngaahi kiliniki 'i he komiuniti pea mo e ngaahi sevesi 'oku ngāue'aki 'a e me'alele. Ko e ngaahi me'a ngāue ko eni 'oku 'i ai 'a e ngaahi kiliniki 'oku 'i he komiuniti mo e ngaahi sevesi 'oku ngāue'aki 'a e ngaahi me'alele. Ko e tauhi 'o e nifo 'i he ngaahi Kiliniki Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti 'oku 'oku tokanga'i ia 'e he kau Toketā Nifo mo e kau fale'i ki he mo'ui lelei 'a e nifo' 'a ia ko e kau ngāue taukei 'i he sivi, faito'o mo e malu'i 'o e nifo. Ko e hā e tu'o lahi 'emau sio ki ho'o tamasi'i 'e fakatefito 'i he fiema'u 'a ho'o tamasi'i. 'E vakai'i 'e he 'emau toketā nifo 'a e fiema'u ho'o tamasi'i' pe a tokī talanoa atu kiate koe. Kataki fakatokanga'i 'oku 'ikai ke mau fakahoko ha ngāue ki he fehilihili'i 'a e nifo'.

## Fānau ako mei he kalasi 9 ki he ta'u 18 (Talavou)

Ko hono tokanga'i 'o e nifo 'o e kau talavou 'oku fakahoko ia 'e he ni'ihi kuo filifili/toketā nifo 'oku 'i ai 'enau aleapau ngāue mo e Poate Fakavahe ki he Mo'ui mei he Kalasi 9 'o a'u ki he ta'u 18. Tatau ai pe pē 'oku ako 'a e talavou, ngāue pe 'ikai, 'oku nau kei 'atā pe ki he ngaahi sevesi nifo ta'etotongi'. Ki ha toe fakamatala fekau'aku mo e hono sivi 'o e nifo 'o e talavou' pē ko hano kumi 'o ha fale ngaahi ngaahi nifo kuo 'osi fakapa'anga 'oku ofi atu kiate koe' kataki vakai ki he 'emau uepisaiti [www.ards.co.nz](http://www.ards.co.nz) pe telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583).

## Fetu'utaki ki he Sevesi Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti

Ke ma'u ha lisi 'o e Kiliniki Nifo ma'ae Fānau 'i he Komiuniti' 'oku ofi taha pē faingofua taha kataki 'o vakai ki he 'emau uepisaiti 'i he [www.ards.co.nz](http://www.ards.co.nz) Teke ma'u ai 'a e lisi 'o e fakaikiiki 'o e ngaahi fika fetu'utaki 'o 'emau ngaahi kiliniki. 'E tokoni atu 'a ho'o mou kau ngāue 'i he

kiliniki' ki hono lesisita ho'o tamasi'i pea mo hono 'ai ha'ane 'apoinimeni pē ko hono toe liliu. 'Ikai ko ia pē teke lava 'o telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583)

## Fakatonutonu 'a ho'o ngaahi fika fetu'utaki'

'E tokoni kiate kimautolu ke mau ma'u 'a e tu'asila fakamuimui taha 'a ho'o tamasi'i', fika telefoni, 'imeili mo e apiaiko. Kataki 'imeili mai ki he [ARDS@waitematadb.govt.nz](mailto:ARDS@waitematadb.govt.nz), fakataha mo e hingoa ho'o tamasi'i mo e Fika Fakafalemahaki' (NHI) kapau 'oku ma'u.

## Kapau 'oku mamahi 'a e nifo ho'o tamasi'i

Ke 'ai ha 'apoinimeni ho'o tamasi'i ki he Fakanonga 'a e Langa, kataki fetu'utaki ki ho'o kiliniki nifo 'a e fānau 'i he komiuniti pē telefoni ki he 0800 TALK TEETH (0800 825 583)

## Kapau na'e 'i ai ha fakatu'utāmaki felave'i mo e nifo ho'o tamasi'i

Kapau na'e 'i ai ha fakatu'utāmaki felave'i mo e nifo pe ngutu ho'o tamasi'i' 'oku mahu'inga ke lesisita 'a e fakatu'utamaki 'i he "Accident Compensation Corporation" (ACC). Ke fakahoko 'eni, kataki 'o fetu'utaki ki he toketā nifo fakakolo' pe fetu'utaki hangatonu ki he sevesi tu'a - taimi'. 'E kole atu kiate koe ke ke fakafonu 'a e foomu ACC pea 'e malava ke 'i ai 'a e totongi - 'Oku mau fokotu'u atu ke ke 'eke ki ho'o toketā nifo fakakolo' pe sevisi ngāue tu'a - taimi felavei mo e totongi 'o hono 'ai 'o e 'apoinimeni'. 'E 'ikai lava 'e he'emau kau therapist 'o lesisita 'a e fakatu'utamaki 'o ho'o tamasi'i ki he ACC ka temau fiefia ke 'oatu ha fa'ahinga fale'i.

## Kapau 'oku mamahi'ia ho'o tamasi'i hili 'a e taimi ngāue anga maheni

'I he ngaahi kiliniki lahi, ko 'emau taimi ngāue 'oku mei he 8am-4.30pm Monite -Falaite. Kapau 'e fiema'u 'e ho'o tamasi'i ha 'apoinimeni ke Fakasi'isi'i 'a e Mamahi 'i ha taimi kehe, kataki fetu'utaki ki ho'o toketā nifo fakakolo' pē fetu'utaki hangatonu ki he sevesi ngāue tu'a - taimi. Kataki fakatokanga'i 'e 'ikai ta'etotongi 'eni, ko ia 'oku mau fokotu'u atu ke ke fepotalanoa'aki mo ho'o toketā nifo fakakolo' pe sevesi tu'a-taimi' 'i he taimi te ke puka ai 'a e 'apoinimeni.