

KOE NGAahi TOKONI KIA TEKINAUTOLU 'OKU NAU A'USIA PE FAKAMO'ONI KI HE TAAUFEHI'A MOE FAKAEHAUA'I

Ngaahi me'a 'e 5 ke fakakaukau'i 'ihe taimi 'oku fetaulaki pe a'usia 'ae Taaufehi'a moe Fakaehaua'i



1 | 'ULUAKI KO HO'O ONGO'I MALU

Falala ki he anga ho'o ongo'i pea vakavakai ki he ngaahi me'a 'oku ne 'a takai koe. Kapau 'oku 'ikai teke ongo'i malu pea 'ikai lava ke ke mavahe mei 'elia koia, feinga ke ke mavahe.



2 | 'OUA TEKE HOHA'A

'Ai ha'o fu'u fo'i manava, feinga ke 'oua teke sio ki hono kano'i mata, 'ai pe ke hange 'oku 'ikai teke manavahe ha me'a.



3 | LEA ATU

('okapau teke lava 'o fai eni 'iha founga 'oku malu) Lea atu 'aki 'ae le'o 'oku ne fakamahino atu 'ae fakangatangata, pea ta'ofi atu 'a hono 'ulungaanga mo 'ene ngaahi lea.



4 | KUMI TOKONI HE VAVE TAHA

Kole tokoni pe ko hono ta'ofi, kia kinautolu 'oku tu'u takai mai.



5 | KOLE TOKONI KI HE KAU TU'U TAKAI KE NAU 'OFA 'O TOKONI MAI

Ko ho'o ongo'i pe 'oku faingamalie, pea ke ki'i tatali pea ke fakatalanoa ki ha taha ki he me'a na'e hoko. Manatu'i 'oku 'ikai ko hao fo'ui eni pea 'oku 'ikai teke tu'u toko taha.

Ngaahi Me'a 'e 5 ke ke fakahoko 'aki ha'aku tokoni 'okapau teu sio tonu ki ha fakahoko 'oe Fakaehaua

1 | FAI HA ME'A

'Alu hangatonu ki he toko taha na'e fai ki ai 'ae fakaehaua.

2 | FAKAFANONGO LELEI

Fakafehu'i pea toki fai ha me'a pea ke faka'apa'apa'i 'ae loto 'oe tokotaha na'e fai ki ai 'ae fakaehaua. Savea'i 'ae me'a na'e hoko 'okapau 'oku fiema'u.

3 | 'OUA 'E FAKATOKANGA'I 'AE TOKO TAHA NA'ANE FAKAHOKO 'AE FAKAEHAUA

Faka'aonga'i ho'o fakakaukau fakapotopoto, feinga ke holoki hifo 'ae me'a na'e hoko 'aki ho'o ngaue 'aki hano faka'aonga'i ho le'o, to'onga, pe ko ha me'a ke taki kehe'i 'ae tokanga.

4 | FAKAFE'AO

Kapau 'oku fakalalahi pe 'ae me'a 'oku hoko, fakaafe'i 'ae toko taha 'oku 'ohofi pe taketi'i, ke 'alu ia mo koe.

5 | TOKONI KE FAKAFIEMALIE

Tokoni ki he toko taha na'e taketi'i 'aki hano faka'eke'eke pe 'oku ongo'i feepee. Tokoni kia teia ki hono fakakaukau'i pe koeha e me'a 'e loto ke fakahoko.

VAKAI KI HE UEPISAITI STOPAAPIHATE.ORG KE MA'U MEI AI HA NGAahi TOKONI, PE KO HANO LIPOOTI HA FAKAEHAUA 'OKU HOKO.

STOP
AAP
HATE