

Ko e founga ke tauhi 'aki 'a hoku mafu toutounoá



Tukunga lelei

Ngaahi faka'ilonga



'Ikai ha liliu 'o e mamafá



'Ikai ha ake pe pupula
fo'ou. 'Asi lelei pe 'a e
va'é mo e keté



Faingofua pē 'a e
mānavá



Ongo'i fiemālie pē 'i he
fakamālohisino

Ngāue ke fakahoko



Hokohoko atu hono
folo e fo'i'akau mafu



Vakai'i he 'aho kotoa pe



Longomo'ui



Kai me'akai fakatupu
mo'ui lelei mo 'ikai fu'u
konokona



Toutou sivi 'e he toketā
pe neesi

**Toe vakai'i fakalelei
'a e tu'utu'uni tauhi
ko ení 'i he taimi
kotoa pe 'oku ke sio
ai ki ho'o toketaá
pe neesi mafú.**

Matu'aki tokanga

Ngaahi faka'ilonga



Hiki hake mamafá
'aki 'e kilo 'e 2 tupu
he 'aho 'e 1-2



Pupula pe ake 'i he
tunga'iva'e, va'e pe
kete



Faingata'a e mānavá
he taimi longomo'ui
pe 'i he taimi po'ulí



Fiema'u ke ngāue'aki
ha 'ū pilo fakamolū he
taimi po'ulí



Toutou tale mo fofonu



Ongo'i fu'u hela'ia

Ngāue ke fakahoko

**Tā ki he toketā pe neesí kapau
'oku hokohoko 'a e 'asi e
ngaahi faka'ilongá**

PE

Ngaahi faka'ilonga



**Mamafa 'a hoku sino ke
holo** 'aki ha kilo 'e 2 'i he
'aho 'e 1-2 pea hokohoko
atu 'a 'ene holó.



Pakupaku 'a e ngutu/
kili



Ninimo

Ngāue ke fakahoko

**Fetu'utaki ki he 'eku toketā
pe neesí**

Kumi tokoni leva he taimi ni

Ngaahi faka'ilonga



Fakafokifā 'a e
nounou e mānava



'Ikai holo 'a e mamahi
'o e fatafatá (angina)
hili 'a e muimui ki he
fakahinohino tauhi
mahaki mafú



'Asi fo'ou mai ha langa,
maha'iha'isia mo
mafasia 'o e fatafatá

Ngāue ke fakahoko



**TĀ KI HE 111
HE TAIMI NI**

Fakahinohino mahu'inga mo 'aonga

Toketā/neesi mafu

Hingoa: _____

Telefoni: _____

Hingoa: _____

Telefoni: _____

Ko 'eku fo'i'akau faito'o mafu

**Ko e mamafa 'oku
fiema'u ke u a'usia**

Kilokalame: _____

