

# Taiala mo le Soifua maloloina mo le amataga sili ole olaga

0 i le 12 masina

Taiala ole fafagaina ole Fanau e lagolago ai le tuputupu a'e soifua maloloina ma lona atina'e

Gaioina fa'aletino ma moe ia maua ai le mafaufau ma le tino soifua maloloina



**Ole suā susu ole Tina e pau lea ole mea e mana'omia e pepe ile 6 masina muamua o lona fanau mai.**

Afai e lē fa'asusu ile suā susu o le Tina fa'aaoga le apa susu pepe



**Amata ona fafaga i meaai ile 6 masina**

Va'ai mo fa'ailoga ua mafai e lau pepe ona ai meaai, pei o le a'apa atu mo se mea'ai po'o le tatalaina o lona gutu pe'a e ofoina atu mea'ai i luga o le sipuni. Maitau fa'ailoga e fa'ailoa mai e lau pepe o le fia ái ma le maona. Fa'aaauu pea ona avatu iai latou le suā susu ma/po'o le susu mai le apa susu mō pepe.



**Ofaina atu ni mea'ai eseese mai ituaiga meaai mai vaega e 5 o meaai.**

Ofaina atu i lau pepe mea'ai e eseese lanu ma lona tofo. Amata i mea'ai paleni e pei o a'ano o manifasi, i'a, fuamoa, pi, laulaa ma fuala'au aina meamata ma cereals o le ituaiga e lelei mo le soifua maloloina. E lē mana'omia e pepe le masima po'o le suka.



**Ofaina atu meainu i se ipu mai le 6 masina**

Ofoina atu le suā susu mai le tina, susu mai le apa susu a pepe po'o le vai fa'apuna ua maálili. E lelei mo pepe ona taofi le fa'aaogaina o fagu i le 12 masina.



**Fa'atapula'a taimi masani mo taumafataga**

O le ofoina atu o mea'ai i le taimi masani i aso taitasi e fesoasoani lea mo se faiga fa'atapula'a masani. Tu'u atu i lau tama e filifili pe mana'o e 'ai, pe o leā le aofaiga, ma po'o fea mea'ai latou te mana'o ai mai mea'ai na ofoina atu. O le a'ai fa'atasi e mafai ona fesoasoani i le fa'amalosiina lea o taiala mo le tausami soifua maloloina.



**Fufulu nifo i le taimi lava e aliali mai ai**

Fufulu fa'alua ile aso ile vai ma se pulumu fulunifo pepe.



**E mana'omia e pepe le lava o le moe i aso ta'itasi.** Taumafai mo le:

**0 i le 3 masina:** 14 i le 17 itula e aofia ai le taimi moe.

**4 i le 11 masina:** 12 i le 16 itula e aofia ai le taimi moe.

O fa'alagona ma le soifua manuia o lau pepe e mafai ona atagia mai ai pe o lava lana moe.



**Fa'atāua taimi e taoto ai le pepe i luga ole manava ma taimi ta'alo i aso ta'itasi**

Amata saó lava taimi e taoto ai le pepe i luga ole manava i lona fanau mai. Fuafua mo le 1 i le 2 minute i aso taitasi i nai vaiaso muamua ole fanau mai ole pepe. Faáopopo atu ile 30 minute pe sili atu ile gasolo ai ole aso atoa. O le taimi ta'alo e fesoasoani ile pepe mo le gaioiga fa'aletino, olaga a'oa'o ma mafai ai ona feso'ota'i.

Taumafai e fa'atāalo i luga ole foloa, e aó ai le ta'avalevale ma le totolo.



**E sili mo pepe le leai o se taimi e matamata ai so'o se ituaiga fa'aeletonika (screen).**

Faitau Tusi; pesepesega, faia o ni paso po o tala fa'agogo o ni auala ia e fa'afiafia ai lau pepe e fesoasoani mo lona olaga a'oa'oina ma lona tuptupu a'e.

Mo nisi Taiala mo le Soifua maloloina, fa'aaogā le fa'ailoga fa'anumera (QR code)



Fa'amatalaga o le fa'asusuina mai le suasusu o Tinā



Pepe 0 i le 3 masina



Pepe 3 i le 12 masina

