

TE HAUMARU RŪ WHENUA MŌ *ngā tamariki*



plunket
whānau āwhina

FIX. FASTEN.
DON'T FORGET.

Toka
Tū Ake
EQC



Ngā rū whenua i *Aotearoa*

Kīhai i whiwhi a Aotearoa i tōna ingoa kārangaranga ko 'ngā motu e ueue ana' i te mea hanganoa. Ka pāngia tō tātou nei whenua ia tau e tōna **150 ngā rū whenua** e rawaka nei te kaha kia rangona e te tangata.

He iti noa te pānga a te nuinga o ngā rū whenua ki a tātou, engari he mea kōpatapata te hītori nō nā noa nei i ngā rū whenua, ko ērā te takenga mai o te whakakino nui ki ngā whare, o te whara tangata hoki.

E mōhio ana mātou ka tūpono tētahi rū whenua kino anō, engari kāore i te mōhio mārikatia āhea, ki hea rānei. Ko tā mātou e tino mōhio nei, mā te takatū i tēnei rā e āwhina ai kia tiakina tōu kāinga me tōu whānau.

Te whakarite kia haumaruru ake te rūma o tō tamaiti mō ngā rū whenua, *he fere, he māmā hoki*

Ka whara ngā tamaiti i ngā mea e taka nei i te wā e ueue ana te rū whenua, nō reira me whakarite kia haumaruru katoa ka taea tō rātou taiao. Anei ngā tohutohu hirahira e ono hei whai e haumaruru ake ai te rūma o tō tamaiti.

- Whakamahia ngā taupua, tarapu rānei **ki te whakaita i ngā taonga ā-whare tāroaroa** ki ngā pou pakitara. Tirohia te whārangi e whai ake nei ki te ako me pēhea.
- Waiho kia tawhiti te **wahakura, moenga pēpi, moenga rānei o tō tamaiti i ngā matapihi**- ko te wāhi pai katoa ki tētahi pātū o roto.
- Kia tawhiti te whakairi pikitia, pae rānei i te wāhi e moe nei tāu tamaiti** kia kore ai e taea e te aha te taka ki a ia.
- Me whakarite kia tika nga hūka e whakamahia nei **hei whakairi i ngā pikitia, whakaataata rānei i roto i te rūma** (kaua ko ngā nēra kotahi).
- Nekehia ngā mea taumaha i ngā pae teitei** ki tētahi wāhi haumaruru ake ki raro.
- Ina whai wīra ana te moenga pēpi, moenga rānei o tō tamaiti, **me whakarite kia rakaina** ngā wīra hei ārai i te nekeneke o te moenga pēpi, moenga rānei i te wā e ueue ana te rū whenua.



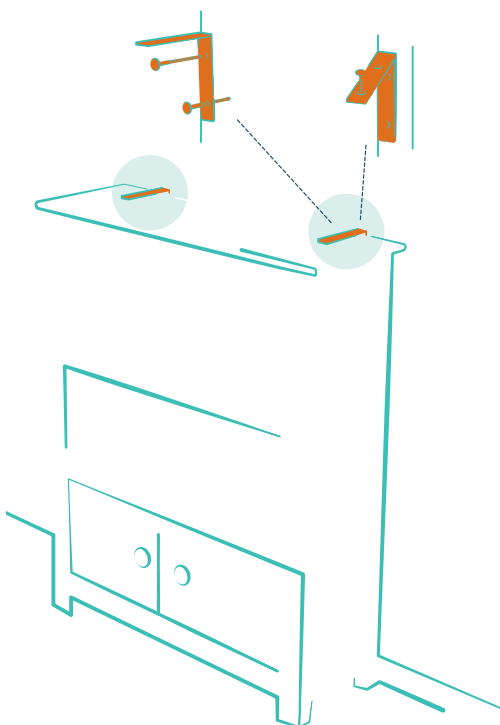
Te whakaita i ngā taonga ā-whare tāroaroa, taumaha hoki

Ka taea te takahuri ngā taonga ā-whare pēnei i ngā toroa me ngā pae pukapuka i te wā e ueue ana te rū whenua (tērā rānei ka whakamahia ērā e te kōhungahunga hei arawhata). Ko te rongo pai ko te whakahaumarua ake o ēnei mea he mahi āhua māmā.

Mēnā e rēti whare ana koe, me whakaae e tōu kairētiwhare māu e whakaita ngā mea tāroaroa, taumaha hoki e haumarua ake ai aua mea. Me mātua kōrero noa ki a ia.

He pēhea te whakaita i ngā taonga ā-whare tāroaroa, taumaha hoki

1. Mākatia te pātū ki tētahi pene rākau i te wāhi teitei rawa o te taonga ā-whare, ka nekehia mai ai te taonga ā-whare i te pātū.
2. Kimihia ngā pou o te pātū mā te āta patopato me te whakarongo mō te oro pūhoi ake o te pou. Ka taea hoki e koe te whakamahi te pūrere rapu pou tāhiko.
3. Whakamahia nga kōwiri 63mm ine-12 ki te kōwiri i ngā whakamau koki maitai ki roto i ngā pou pātū. Kia tino huna ai i ngā taupua, whakamaua hei L huripoki e rua me te ringa taupua e anga whakararo ki te pātū.
4. Whakahokia te taonga ā-whare ki te pātū.
5. Whakawiria tētahi atu ringa o te taupua ki te taonga ā-whare mā ngā kōwiri 15-25mm ine-8.



TĪWHIRI

Mēnā kāore koe i te hiahia ki te kōwiri ki roto i tētahi taonga ā-whare, e wātea ana ngā whakamau e piri ana i ngā toa taputapu, toa tuihono rānei. Kia āta mōhio e tika ana ngā whakamau, tarapu rānei mō te nui o te taonga ā-whare e whakaitahia nei e koe.

Te whakarite kia haumaruru ake te toenga o *tōu whare*

Nā te mea kua oti i a koe ngā mahi kia haumaruru ake ai te rūma o tō tamaiti, whakaarohia he aha ērā atu mea puta noa i te whare ka noho pea hei matepā.

He whakaaro rangatira te whakaita i ngā taonga ā-whare me ngā pūrere taumaha puta noa i te whare. Whakaarohia ngā pae pukapuka, ngā kāpata taonga, ngā pouaka whakaata me ngā mīhini pēnei i ngā mihini horoi kākaku. Ko ngā whakarawa kei ngā kāpata me ngā toroa, he āwhina kia noho haumaruru kaua ko ngā kōhungahunga māhirahira anake, engari hoki he āwhina kia noho ngā mea ki ō rātou wāhi tika i te wā e ueue ana te rū whenua.

Inā noa atu ngā mea ka taea e koe e haumaruru ake ai tōu whare, ā, mā ia wāhanga i mahia, e piki haere ai te haumaruru ōu, o te whānau hoki.



Kia kitea ai he pēhea te whakarite i tōu whare me te tiaki i tōu whānau haere ki eqc.govt.nz/be-prepared

Te tiaki i tāu pēpi, tamaiti rānei i te wā o tētahi rū whenua

Mēnā kei te taha o tāu tamaiti koe i te wā o tētahi rū whenua, āta puritia ia ki tōu uma, **kātahi ka marere, ka hīpoki me te pupuri** - ko te wāhi pai katoa kei raro i tētahi taonga ā-whare pakari. He mea āhua māmā ake tēnei mēnā he kōhungahunga kāore anō e ngōki nei, engari ka taea e koe te tiaki i tētahi tamaiti pakeke ake mā te tūruru i runga i a ia me te pupuri i a ia ki reira. Me whakarite kia hūpokitia tōu kakī, upoko hoki, ā, kia āta mōhio koe ka taea tonutia e te pēpi te whakangā.

Te tiaki i ngā pēpi i tētahi āhuatanga ohotata

Me tino tiaki, me tino aro atu hoki ngā pēpi i tētahi āhuatanga ohotata. Nā te katinga pea o ngā rori me ngā toa mō ngā rā e toru neke atu rānei, ka hiahia koe ki ngā mea waiwai kia puta ai tāu pēpi. Whakaarohia:

- ngā kope porowhiu
- ngā muku pēpi
- te patuero ā-ringa ā-waiwaihā
- ngā pēke rāpihi mā ngā kope paru
- nga rongoā, kirīmi rānei e hiahia nei tāu pēpi
- ngā karapū porowhiu
- ngā kākahu whaitaua, he paraikete, he taonga tākaro e tino pai ki a ia.
- Te paura pēpi me te wai mā (tirohia te whārangi e whai ake nei mō ētahi atu kōrero)

Me whakarite kei a koe ngā mea waiwai mā tāu tamaiti i roto i tētahi pēke nanao, kei tūpono me teretere te whakawātea i tōu kāinga. Mēnā e auau ana te noho a tāu tamaiti i te taha o ētahi atu o te whānau, o ngā kaitiaki rānei, waiho ētahi mea waiwai ohotata ki ō rātou whare, i tua atu kē i ngā mea ki tōu whare.

Nā te Rākau Whakamarumarū ngā pārongo i tēnei whārangi. Mō ētahi atu kōrero mō te takatū me te puta atu i ngā āhuatanga ohotata haere ki getready.govt.nz

Te whāngai pēpi i tētahi āhuatanga ohotata

I whakaputaina e te Manatū Hauora ngā kupu āwhina mō te whāngai pēpi i tētahi āhuatanga ohotata.

He mea haumaruru te whakangote i tētahi āhuatanga ohotata, ā, ka āwhina hoki i tāu pēpi ki te whawhai atu i te hēmanawatanga me ngā pokenga. Kia maumahara ake 'Ko te tiaki i te māmā ko te tiaki hoki i te pēpi' nō reira me whakarite kia pai tonu tō riaki mā te rawaka o te nui o ngā kai me ngā inu.

Mēnā e whakamahi ana koe i te paura pēpi, ka hiahia koe ki te paura pēpi me te wai mā, ki ngā taputapu whāngai atu me ngā taputapu patuero anō hoki hei tiaki i tāu pēpi i tētahi āhuatanga ohotata. Me te aha me āta whakamahere koe he pēhea e whakahaeretia ai ina koti ana te wai me te hiko.

He kōrero anō ki te pae tukutuku o te Manatū Hauora me pēhea te takatū mō, me te puta ake hoki i, tētahi āhuatanga ohotata i a koe e tiaki ana i tētahi pēpi e 0-12 marama te pakeke.

Rapua 'emergency feeding' ki [health.govt.nz](https://www.health.govt.nz) mō te roanga atu.





@earthquakecommission



@EQCNZ

www.eqc.govt.nz/be-prepared