

Whārangī Meka Parekura

Whārangī meka 1:

Rū whenua

He aha tēnei mea te rū whenua?

E ai ki te Māori, i wehea a Papatūānuku rāua ko Ranginui e ā rātou tamariki nō te mea i tino kaha rawa tō rāua kauawhi tētahi i tētahi, ā, e hēmanawa ana ā rātou tamariki. I peia atu a Ranginui ki roto i te hau kia puta mai ai te tūrama, te hau, te wātea hoki kia āhei ai rātou te nekeneke haere noa, te tipu haere noa hoki. Heoi anō, i te wā o taua mawehetanga e hapū tonu ana a Papatūānuku, ā, tae noa ki tēnei rā kāore anō ia kia whakawhānau i tana tamaiti. Kia tumu ia i roto i te kōpū o tana whaea, ka rongō mārika tātou i tērā, me te ngāueue mai o te whenua e tū nei tātou!

Kei te takoto a Aotearoa i te paenga o te papaneke Moana-nui-a-Kiwa me te papaneke Ahitereiria.

Kei te nekeneke tonu ngā papaneke. Kei te tipu haere te renarena i ngā papaneke e waruwaru ana tētahi ki runga i tētahi, tētahi ki raro i tētahi rānei, i tētahi e taha ana rānei i tētahi atu. Kei ētahi wāhi e taka mai ana ngā nekehanga i waenga papaneke i ngā wā katoa, ā, ko te mutunga iho ko te riterite tonu o ngā rū whenua iti, āhua iti hoki. Kei ērā atu wāhi, ārā ko ērā e kore ai e pūmau te nekeneke, he nui atu te tūponotanga ka taka mai he rū whenua kaha atu, me ngā houanga roa atu i waenga i aua rū whenua.

Taka mai ai te nuinga, engari kāore te katoa, o ngā rū whenua i ngā ripa hapa. He matata ēnei he hōhonu te haere ki roto i te whenua, ko te nekeneke o ngā papaneke te pūtaka e hangaia ai. Kīia ai te wāhi i raro i te whenua e tīmata ai te rū whenua te pūraro (hypocentre), te pūnga rānei, ā, kīia ai te wāhi i te mata o te whenua kei runga ake i te pūraro ko te pūrunga (epicentre).

Ko tā te rū whenua he tuku ngaru ngateri kia hāereere mā te whenua. Rangona ai he oro ngunguru hei tohu tuatahi o tētahi rū whenua, ko ngā ngaru tuatahi, ngaru pana rānei te pūtaka, e 20,000 kiromita i te haora pea te tere, e rua tekau whakareanga ake te tere o tō tētahi waka rererangi pūkaha hū. Whai haere ai ngā ngaru tuarua, ngā ngaru whakatitaha rānei i muri, i te 10,000 kiromita i te haora pea, ā, ko ēnei te pūtaka matua o ngā pānga aurara, ngāueue hoki o te rū whenua.

E rua ngā āhua ine i te kaha o ngā rū whenua:

- Kei te whakamahi taputapu te āwhata Richter hei ine i te pūngao e tukuna ana e te rū whenua. Mai i te tahi ki te iwa te inenga whānui o te āwhata (ko te mea tino nui rawa atu tae noa ki

nāiane ko te rū whenua i Hiri i te tau 1960, e 9.5 te kaha). He āwhata taupū kōaro tēnei, ā, ko te tikanga o tēnā e 32 whakareanga ake te kaha atu o tētahi rū whenua e whitu te rarahi i tō tētahi rū whenua e ono te rarahi. E 8.2 te whakatau tata mō te rarahi o te rū whenua i Te Whanganui-a-Tara i te tau 1855, ā, i taka tētahi rū whenua e 7.8 te rarahi ki Ahuriri i te tau 1931.

- He inenga whakawā i te kaha te āwhata Modified Mercalli (MM), kua taurahia mai i ngā pānga o te rū whenua ki ngā tāngata me ngā whare. Mai i te MM1 (te mea iti rawa atu) ki te MM12 (te mea kaha rawa atu) te inenga whānui o tēnei āwhata. Ko te MM10 te kaha o te rū whenua i Te Whanganui-a-Tara i te tau 1855, me tērā hoki i Ahuriri i te tau 1931 i te pūrunga.

Me aha tātou i mua i te tūpono mai o tētahi rū whenua?

- Me whakaharatau koe i tō tirira rū whenua: pāhake, hīpoki i a koe me te pupuri.
- Matapakia e koutou kō tō whānau, me te takatū i tētahi mahere whawhati tata.
- Tautuhitia he wāhi haumaruru hei whakamarumaruru i a koe e pātata ana ki tō kāinga, tō kura rānei.
- Āwhinatia ō mātua ki te whakamau, te here me te wareware i ngā taonga i te kāinga.

Me aha tātou i te tūpono mai o tētahi rū whenua?

- Me pāhake, ka hīpoki i a koe me te pupuri.
- E noho ki te wāhi kei reira koe tae noa kia mutu te ngāueue.
- Mēnā kei roto koe i tētahi whare, e noho ki reira. Mēnā kei waho, e noho ki waho.
- Kaua e whakamātau ki te oma atu ki waho.

Me aha tātou i muri i tētahi rū whenua?

- Whakarongo ki ngā tohutohu katoa a ngā pakeke, a te reo irirangi rānei, ka whai ai i ēnā.
- Kia māhaki.
- Ki te taea, āwhinatia ērā atu e hiahia āwhina ana.
- Kia mataara ki ngā mōrearea, pūmate rānei ka tūpono pea.
- Me mahara tonu, tērā pea ka taka mai he ueuetanga pākeke.
- Me maumahara ki tō mahere kua takatūria kētia me te whai, ki te taea i runga i te haumaruru.

Whārangi meka 2: Ngaru Taitoko

He aha tēnei mea te ngaru taitoko?

I ngā wā o mua e tino mōhio ana te Māori ki tēnei mea, ki te ngaru taitoko, me ngā mōrearea e pā ai. E ai ki ngā whakaaro o ētahi ko te tai āniwhaniwha me te kīanga nei, ngaru nui, ngaru roa, ngaru paewhenua ētahi o ngā kupu tuku iho i pā ki te ngaru taitoko. Tae ā-raupapa mai ai ēnei ngaru ki uta. Ki ētahi, he taniwha ēnei.

He mea hanga ngā pā i runga i te whenua teitei kia taea ai te wawao, kia pai ai hoki te whakangungu i te huaki a te hoariri, ki te whakamarumaruru hoki i ngā whare mai i ngā waipuke (he auau atu te puta mai o te waipuke i tō te ngaru taitoko). Ko te tikanga he taupua noa iho ngā kāinga i te takutai, nō te mea kohikohia ai, tohua ai hoki i reira ngā kai o ngā kaupeka o te tau. Hangaia ai ngā kāinga pūwhenua atu i ngā wāhi kei reira te whakamarumarutanga pai atu.

Ko ngā ngaru taitoko, he rārangi ngaru he tere te haere, ko te pūtake ko tētahi āheihei i roto i te moana, i te takere rānei o te moana, pēnei i te rū whenua, te horo whenua, te hūnga, te tūtukinga a tētahi matakōkiri rānei. Tēnā pea tae noa ki tētahi haora te roa i waenganui i te putanga mai o ia ngaru taitoko o te rārangi, ā, ka āhei te whakawhiti i ngā moana nui he mano tini kiromita te whānui, tae atu ki te 800 kiromita i te haora tō rātou tere.

Tēnā pea kāore e kitea te haere a tētahi ngaru taitoko i a ia e whakawhiti ana i ngā moana hōhonu, engari ka āta haere me te teitei haere i tōna taenga ki te wai pāpaku. Ka tukitukia pea te whenua e ngā ngaru rarahi tae atu ki te 15 mita neke atu rānei te teitei. Ka kino atu pea ngā pānga i ngā kokoru whāiti, aka whāiti hoki.

Putā mai ai ngā ngaru taitoko hei tai tere te haere me ngā au tino kaha tērā ka āhei te kahaki atu i ngā tāngata me ngā taonga ki waho i te moana, hei ngaru rarahi rānei e whati mai ana me te tukituki kino ki te ākau.

I te mea karapoti katoa a Aotearoa i te wai ka noho mōrea te nuinga o ō tātou hapori takutai ki te tūponotanga o ētahi ngaru taitoko. Tēnā pea ko ētahi āheihei pāmamao atu ngā pūtake o ēnei (pēnei i te rū whenua i Hiri i te tau 1960), tēnā rānei ka hangaia tata atu ki ō tātou ākau (pēnei i ngā ngaru taitoko e rua i hangaia tata ki Tūranganui-a-Kiwa i te tau 1947).

Ka tino tere pea te taka mai o te paparitenga moana ki raro i te tohu timunga noa o te tai, ka pērā hoki te tere o tona pikinga anō. Ki te heipū tēnei, e kore e nui te wā hei whakatūpatō tangata, nō reira me mōhio koe me aha ka tika, me tere hoki ō mahi i ngā mahi tika.

Me aha tātou i mua i te tūpono mai o tētahi ngaru taitoko?

- Me mōhio mēnā ka pāngia pea tō wāhi noho e tētahi ngaru taitoko.
- Matapakia e koutou kō tō whānau, me te takatū i tētahi mahere whawhati tata.
- Tautuhitia ngā wāhi haumaruru e tata ana ki tō kāinga me tō kura – tētahi wāhi kotahi kiromita i te itinga rawa i te tuawhenua, e 35 mita rānei tōna teitei ake i te paparitenga moana.

Me aha tātou i te tūpono o tētahi ngaru taitoko?

- Kia māhaki.
- Kia wawe tonu tō wehe atu mēnā kei tātahi koe, mēnā he tata rānei koe ki tētahi awa i te tūponotanga o tētahi rū whenua kaha. Kia tere tō haere, engari kia haumaruru tonu.
- Kia kotahi kiromita i te itinga rawa tō haere ki te tuawhenua, kia 35 mita rānei tō pikinga ki runga ake i te paparitenga moana.
- Kaua e haere ki tētahi awa, ki tātahi rānei ki reira mātaikitaki ai i ngā ngaru e ahu mai ana mēnā kua pānuitia tētahi whakatūpatotanga.

Me aha tātou i muri i tētahi ngaru taitoko?

- Kia māhaki.
- Whakarongo ki ngā tohutohu katoa a ngā pakeke, a te reo irirangi rānei, ka whai ai i ēnā.
- Ki te taea, āwhinatia ērā atu e hiahia āwhina ana.

Whārangi meka 3: Puia

He aha tēnei mea te puia?

Tēnā pea kua rongō kē koe i te kōrero mō te pikinga a Ngātoroirangi, te tohunga rongonui nō runga i Te Ārawa waka, i te maunga o Tongariro? I a ia e piki ana ki runga, e makariri haere ana ia me te whakaaro tēnā pea ka whakatiotia ia e te kaha makariri, ka mate. Nā reira, i karanga atu ki ōna tuāhine i Hawaiki kia āwhina mai. Ka rongō, ka tuku atu he ahi hei whakamahana i a ia. He tere te haere o taua ahi i raro whenua, ā, he wā anō ka kowhera mai ki runga i te whenua hei auahi, hei mamaoa, hei ngāwhā, hei paru koropupū. I te taenga o te ahi ki ngā maunga, ka hū mai i aua maunga, me te huri o aua maunga hei puia.

Kei te noho a Aotearoa i te Koropewa Kāpura, he whītiki matawhenua e taiāwhio ana i Te Moana-nui-a-Kiwa kei roto ko tōna 90% o ngā puia o Papatūānuku. E ono ngā takiwā o Aotearoa kei reira ngā puia ngoi tonu, e rima kei Te Ika a Māui, kotahi kei ngā motu tokerau i te moana.

He rerekē ngā āhua me ngā rahi o ngā puia. E toru ngā momo matua e kitea ana i Aotearoa:

- ngā puia koeko pēnei i Ruapehu, Taranaki me Ngāuruhoe
- ngā papa puia pēnei i ērā e kitea ana i te takiwā o Tāmaki-makau-rau
- ngā whārua nunui i hangaia e ngā pakūtanga rarahi, pēnei i Taupō-nui-a-Tia me Rotorua.

Hū ai ngā puia ina tipu haere te pēhanga i roto i te whenua me te pei atu i te tahepuia ki te mata. Ko te tikanga, he poto ngā wā hū a ngā puia e wehea ana ki ngā wā roa atu e moe ana. Ka āhei tonu ngā puia korehāhā te ora anō.

Kei te āhua o te nui o ngā haurehu kua whakarewatia i roto i te tahepuia (e whakaritea ai te kaha o te pakū) me te nui o te takawai kei roto (e whakaritea ai te kaha wē) te momo hū ka tūpono. He whakapakū ētahi hūnga, me te pupuhi atu i ngā rahinga whakarahara o ngā toka me ngā matūrewa. Rere ai ngā hūnga a ētahi atu puia, me te tāhoro i ngā kapua haurehu wera kua ranua ki ngā matūriki, ki ngā roma rangitoto wē rānei.

Kei te noho mōrea rātou e noho ana i ngā takiwā puia ki te tūpono taka o te pungarehu, o te para, ki ngā teretere rangitoto hoki. Hei tauira, i whakamatea tata ki te 153 ngā tāngata e te hūnga a Tarawera i te tau 1886. Mēnā kei reira he roto rua, mēnā ka hīrere mai te ua, ka āhei te wai te

ranu ki ngā para puia, ko te mutunga iho ko tētahi horonga paru he tere te haere e kīia ana he lahar. I pēnei te mea i rere mai ai i Ruapehu i te tau 1953 me te whakamate i ētahi tāngata 151 i te parekura tereina o Tangiwai.

Nō reira, me āta mōhio koe me aha i mua, i te tūpono mai, i muri hoki o tētahi hūnga ka tika.

Me aha tātou i mua i te tūpono mai o tētahi hūnga?

- Me mōhio kei hea ngā puia ngoi tonu i tō takiwā, mēnā hoki ka pāngia pea koe e aua puia.
- Me whai mahere whakatahi – me haere ki hea, me pēhea hoki tō taenga atu ki reira.
- Tohua he wai ki roto i tō kauranga, tō puoto, ō ipu i te tīmatanga o tētahi hūnga – tēnā pea ka tūkinotia ngā kura mō te wai ki ngā kāinga.

Me aha tātou i te tūpono mai o tētahi hūnga?

- Me noho i rō whare – me whakarite kia katia tonutia ngā matapihi me ngā kūaha.
- Mēnā kei waho koe – rapua he wāhi marumaru.
- Whakarongo ki te reo irirangi mō ngā tohutohu.
- Mēnā ka tonoa koe ki te wehe i tō kāinga, uhia tō kanohi me tō waha, me te mau atu i ō rawa whawhati tata.
- Me whakapiri mai.
- Kaua e hōpara haere.
- Unuhia te paparanga o waho o ō kākahu i mua i te kuhunga ki roto i tētahi whare – he mea uaua te tango mai i te pungarehu puia.

Me aha tātou i muri i tētahi hūnga?

- Mēnā kei tētahi wāhi haumaruru koe – me noho ki reira.
- Whakarongo ki ngā pārongo i te reo irirangi.
- Hoki atu ki tō kāinga kātahi anō koe ka tonoa.

Whārangi meka 4: Āwhā

He aha tēnei mea te āwhā?

Kāore te katoa o ngā tamariki a Ranginui rāua ko Papatūānuku i pīrangi kia wehea ō rātou mātua. Ko tētahi, ko Tāwhirimātea, te atua mō te huarere, i tino whakahē i taua whakaaro. I te mawehenga o ngā mātua e Tāne-whakapiripiri, ka tino whakatakariri a Tāwhirimātea, ka tuku i ngā hau hūkerikeri me ngā āwhā ki te tukituki ki te ao o Tāne, arā ki te whenua e noho nei tātou, ki te whiu i a ia. Rongo tonu ai tātou i ngā pānga o taua whakatete whānau, kei te haere tonu!

He āheihei kei te kōhauhau tēnei mea te āwhā, ā, koia hoki te pūtaka pea o ngā hau hūkerikeri, o te ua, o te whaititiri, o te uira, o te hukarere me ngā moana kōrawarawa. Kei te whakapāhotia tētahi whakatūpatō hau hūkerikeri e te Ratonga Matapae Huarere ina tāria kia neke atu i te 87 km i te haora te tere o ngā hau i runga i te whenua.

Pāngia auautia ai a Aotearoa e ngā āwhā, nā te mea e takoto ana i ngā 'Whā Tekau Pararā', i waenga i te 40 me te 50 tākiri te ahopae ki te tonga, e tūtaki ai te hau he hātai te paemahana ki te hau kōangi atu e ahu mai ana i te tonga.

He āwhā nui, he mea hurihuri ngā huripari pārū (ko te haumātakataka he ingoa anō) e whanake ana i ngā takiwā pārūrū, neke atu i te 120 km i te haora te tere rōnaki o te hau.

Ko te tikanga, ngoikore haere ai ngā huripari pārū i te tūtakinga ki ngā paemahana mātaotao atu huri noa i Aotearoa, engari i ētahi wā ka āhua mōrearea tonu. I te tau 1988 ko Huripari Bola te pūtaka o ngā tukitukinga neke atu i te \$200 miriona te uara, ahakoa kua kore e pārū i tōna taenga mai ki ō tātou ākau.

Kei te āhei ngā āwhā te ukuuku i ngā huarahi, i ngā rerewhenua, i ngā arahanga me ngā whare. Ka whakamatea pea ngā ngakinga kai me ngā kararehe. Kei te mōrea ngā kaipuke i runga moana (i totohu te waka tere a Wahine i te wā o Huripari Giselle i te tau 1968, e 51 ngā tāngata i mate). Ko ētahi o ngā pūmate ka tūpono ko ngā rākau me ngā pou kua hinga, ngā tuanui kua kohikatia, ngā au tere i ngā manga me ngā awa, ngā mea rere, ngā horo whenua me ngā waipuke. Ka tukitukia pea ngā takutai moana e ngā āmai āwhā, he tai puhapuha ēnei ko ngā hau e pana whakamua ana i te moana te pūtaka.

Me aha tātou i mua i te tūpono mai o tētahi āwhā?

Ina whakapāhotia tētahi whakatūpatō hau hūkerikeri:

- Whakarongo ki ngā pārongo i te reo irirangi.
- Mauria mai ō mōkaikai ki rō whare.
- Tangohia atu ngā mea kei waho tēnā pea ka hurihia hei pere rere e te hau.
- Tēpahia ngā matapihi rarahi kei pākarakaru.
- Katia ngā matapihi katoa.

Me aha tātou i te tūpono mai o tētahi āwhā?

- Me noho i rō whare.
- Katia ngā ārai katoa.
- Kaua e whakapiri ki ngā tatau me ngā matapihi.
- Huakina tētahi matapihi i te taha o te whare kāore te hau e pupuhi ana – mā tēnei te pēhanga ki runga i te tuanui e whakaiti atu.
- Kaua e whakapiri ki ngā whakamaunga konganuku, hiko hoki.

Me aha tātou i muri i tētahi āwhā?

- E noho i rō whare me te whakarongo ki te reo irirangi.
- Kaua e whakapiri ki ngā waea hiko tāwēwē, motu rānei, ki te whakatahi whare koe.

Whārangi meka 5: Waipuke

He aha tēnei mea te waipuke?

Mai rā anō e nekeneke ana ētahi hapū puta noa i Aotearoa i ō rātou marae me ngā whare i runga ki ētahi wāhi kē kia kore ai e taea e te waipuke mai i ngā awa e ngawhā ana. Ka rongo kōrero te tangata mō ētahi whareniū neke atu i te toru ngā nekehanga ki wāhi kē i te rautau kotahi. Engari i tēnei wā ko te whakamahana haere o te ao kei te whakarerekē i ngā taurira waipuke, tauraki hoki kei Aotearoa. Nā tēnei e whai whakaaro ana ētahi hapū i tēnei wā tonu mō te noho mōrearea o ō rātou marae ki te tūponotanga o te waipuke.

Ko te waipuke tētahi momo parekura e kitea noatia ana i Aotearoa. Ka tūpono pea hei mutunga mai o ngā āwhā me te ua whakarere e pūrena ai te wai i roto i ngā awa i ngā parenga.

Ko te tikanga mimiti noa ai tētahi wāhi o te hekenga ua i te oneone me ngā otaota. Ka rere atu te toenga ki te whakakī i ngā manga me ngā awa. Ka waipuketia te whenua ina nui rawa te wai hei ngote, ā, he nui rawa te rōrahi o te wai puta kia kawea atu e ngā awa.

E toru ngā momo waipuke matua:

- la wā, ia wā waipuke ai ētahi awa, ko te hanga mānia waipuke te mutunga iho. I ngā wā e whakarere ana te ua e ngawhā ana te awa i ōna parenga ki roto i te mānia waipuke.
- Ka taka mai ngā waipuke ohotata me te iti o ngā tohu waipuke i mua, ko te kaha ua whakarere i tētahi takiwā āhua iti te horahanga te pūtaka.
- He wā anō ka pāngia ngā takutai e ngā waipuke moana, ko te tai puhapuha poka noa, te nguru taitoko rānei te pūtaka.

Ka taea e ngā waipuke te whenua te ukuuku, me te ukuuku i ngā huarahi, ngā arahanga, ngā rerewhenua me ngā whare. Ka rumakina pea ngā ngakinga kai, ka toromi pea ngā kararehe. Kei te mōrea tonu te oranga o te tangata, ina koa kei ngā waipuke poka noa me ngā ngaru taitoko, e taea ai e te wai he tino tere te rere kī atu i te otaota te kahaki atu i te tangata. He kaha rawa atu pea ngā wai hei rarau waka.

I muri i tētahi waipuke ka tino nui ngā tukitukinga me ngā pokenga hei whakatikatika. Tēnā pea ka pau ētahi marama, ētahi tau rānei mō te whakaora anō.

Me aha tātou i mua i te tūpono mai o tētahi waipuke?

- Rangahaua te waipuke kino rawa atu i pā ki tō rohe me te teitei o te ekenga o ngā wai. Ka taea tō kāinga?
- Me mōhio ka pēhea tō tae atu ki te whenua teitei rawa e pātata ana.
- Mauria atu ngā kararehe ki te wāhi haumarū.
- Rokirokia ngā taonga māpuna kia teitei ake i te taumata e eke ai pea te wai. He wāhi rokiroki pai ngā rūmanga me ngā rūma kei runga, mehemea he ngāwari te āhei atu.
- Whakamaharatia tō whānau ki te rokiroki i ngā matū ki tētahi wāhi teitei, haumarū hoki. Ki te heipū mai tētahi waipuke, ka turuturu mai aua mātū, tēnā ka mōrearea pea.

Me aha tātou i te tūpono mai o tētahi waipuke?

- Whakarongo ki ngā matapae huarere me ngā whakahounga rongo mō ngā tohutohu hei whai.
- Kaua e uru atu ko koe anake ki roto i te pukenga wai
- Mauria atu ō taonga whawhati tata mēnā me wehe atu koe i tō kāinga.
- Whakamaharatia ngā pakeke ki te whakamau i te wai, me te tinei i te hiko me te kapuni.

Me aha tātou i muri i tētahi waipuke?

- Kīa ana koe ka haumarū, kātahi ka āhei koe te hoki atu ki te kāinga.
- Kaua e hōpara haere mā ngā takiwā e waipuketia ana.
- Kaua e inumia te wai i te pukenga, kei tāhawahawatia.

Whārangi meka 6: He parekura ehara i te ao tūturu te pūtake

He aha tēnei mea te parekura ehara i te ao tūturu te pūtake?

He tino mōhio hoki te Māori ki tēnei mea te parekura ehara i te ao tūturu te pūtake. I muri i te taenga mai o ngā tāngata whai nō Ingarangi ki konei noho ai i te rautau 19, he manomano rātou i mate i ngā tahumaero tauhou ki a rātou pēnei i te karawaka, te kōpukupuku me te rewharewha. Kua kore tō rātou kaha papare. Kei tua atu, i aua wā hoki ko te tūponotanga o te riri i waenga hapū, i waenga iwi hoki.

Ka ahu mai ngā parekura ehara i te ao tūturu te pūtake i ngā mahi a te tangata. Ka whakawhāitihia pea aua parekura ki tētahi takiwā iti, ka tukupū rānei pea ngā pānga.

Kei roto i te parekura ehara i te ao tūturu te pūtake:

- ngā kāpura ngahere
- ngā urutā (te rewharewha manu, SARS)
- ngā pūmate matū (ngā rukenga matū)
- ngā aituā ikiiki (kei ngā motokā me ngā waka rererangi)
- te whakatumatama (ngā pahū, ngā tuma whakapahū).

I ēnei tūāhutatanga, kiia tonutia atu ki tētahi pakeke, tētahi mana tika, ka whai ai i ngā tohutohu.

Nā te mea he tino nui ngā momo parekura ehara i te ao tūturu te pūtake, ka āta aro atu tēnei puka pūmate ki ngā kāpura ngahere me ngā urutā.

- Ko tēnei mea te kāpura ngahere he kāpura matawhawhati ka tīmata i waho, tēnā pea i runga i tētahi rapaki kua ururu ki te kōti, i roto rānei i tētahi ngahere. Ka huri ēnei hei pūmate ina whakatata haere ki ētahi tāngata e noho pātata ana, ki ētahi wāhi whenua pātata rānei.

Kua karapoti te maha o ngā whare i Aotearoa i te ngahere, ā, mā tēnei e noho mōrea ai ki te kainga a te kāpura ngahere. Ahakoa kāore ētahi tāngata e noho pātata ana ki te ngahere, hararei ai rātou i ngā wāhi ka taea e te kāpura ngahere. Nō reira, me āta mōhio koe me aha ka tika.

- Ko tēnei mea te urutā he whārangi whānui o tētahi tahumaero mau noa puta noa i

tētahi takiwā, i te ao anō rānei, hei tauira, Te rewharewha manu, te SARS (Mate Whakahā Tino Taumaha).

E toru ngā horahanga whakaiki o te urutā rewharewha puta noa i te ao i tērā rautau: i ngā tau 1918-19 (te rewharewha Paniora), i ngā tau 1957-58 (te rewharewha Āhia) me ngā tau 1968-69 (te rewharewha Hongipua). Ko te rewharewha Paniora te parekura kino rawa atu i pā ki Aotearoa, i mate tōna 8,600 tāngata i tō tātou whenua, me te 50 miriona pea huri noa i te ao.

Kei tua atu i te tino tokomaha i mate i ngā urutā, ka puta mai ngā tauwhatinga nunui rawa ki ngā iwi. Āpurutia ai ngā ratonga rongoā, katia ai ngā kura me ngā pakihi, whakahekea ai te ikiiki me te tauhokohoko, katia ai ngā paenga whenua.

Me aha tātou i mua i te tūpono mai o tētahi parekura ehara i te ao tūturu te pūtake?

He kāpura ngahere

- Tiakina kia honoa ngā ngongowai māra ki ngā kōrere, ā, ka taea e ēnei ngā wāhi katoa o tō whenua.
- Whakaritea kia mahea tonu tō ara kuhunga kia taea ai tō whare e ngā waka tinei ahi.
- Tiakina kia ngāwari te kite i tō whare mai i te huarahi.
- Whakamaheretia tō whakatahi whare me te whakawai i tēnei.
- Whakamōhio i a koe anō ki ētahi ara e rua i te itinga rawa hei puta atu i tō takiwā noho.
- Puritia tētahi kete ratonga whawhati tata.

He urutā

- Kōrero atu ki tō whānau me ō hoa mō ngā tikanga akuaku hauora – te horoi ringa, te maremare me te tihe e haumarua ana.
- Whakaritea kei a koe ō taonga whakaora whawhati tata.
- Tāpiritia he paracetamol (mō te kirikā) ki ō taonga whakaora whawhati tata.
- Me whai mahere mō ngā mahi me mahi e koutou ko tō whānau mēnā me noho koutou ki te kāinga i tētahi wā urutā.

Me aha tātou i te tūpono mai o tētahi parekura ehara i te ao tūturu te pūtake?

He kāpura ngahere

- Waeatia 111.
- Whāia ngā tohutohu a ngā tāngata whawhati tata.
- Mēnā me whakatahi koe:
 - Katia te katoa o ngā kūaha me ngā matapihi.
 - Kaua e rakahia ngā kūaha anga whakawaho kia ngāwari ai te uru atu a ngā kaitinei ahi ki te hiahia rātou.
 - Waiho tētahi rama e kā tonu ana i roto i ia rūma kia pai ake ai te kaha kite a ngā kaitinei ahi mēnā ka nui te auahi.
- Mēnā ka mau tārake koe i waho, haere ki tētahi wāhi he iti te kai mā te kāpura, pēnei i tētahi paranga, tētahi roto, tētahi hāwera rānei.
- Kaua e whakamātau ki te puta i te kāpura mā te oma – whakawhitia a mua o te kāpura kia tae ki ngā taha.
- Kia tukuheke tonu te haere – kei ngā tihi o ngā puke te ngau kaha rawa o te kāpura.
- Kaua e whakamātau ki te oma mā ngā mura ki te kore e taea e koe te āta kite he aha kei tua.
- Me whakamātau ki te uru atu ki roto, ki muri rānei i tētahi mea ki te karo i te wera hahani.
- E noho hakahaka me te uhi i tō waha me tō ihu ki tētahi paparanga mākū.

He urutā

- E noho ki te kāinga ki te māuiui koe, kaua e whakatata ki ētahi atu tāngata me te papare manuhiri.
- Horoia ō ringaringa, ka whakamaroke hoki i mua i te whāwhā kai, i muri i te mare, te tihe, te haere ki te whare paku, te ūkui i ngā ihu o ngā tamariki, ka tiaki tūroro ana hoki koe.
- Whakamahia he aikihā pepa hei tārehu mare me ngā tihe. Purua ngā aikihā pepa kua whakamahia ki roto i te ipu parapara.
- Hoatu he waiora ki ngā tāngata kua pāngia e te kirikā, e te kohi hoki/rānei. Ka taea te whakamahi te Paracetamol ki te whakaiti i te kirikā kaha.

Mō ētahi atu pārongo, tirohia te pae tukutuku a te Manatū Hauora: www.moh.govt.nz/influenza

Me aha tātou i muri i tētahi parekura ehara i te ao tūturu te pūtake?

He kāpura ngahere

- Kaua e hōpara haere.
- Kia tūpato i ngā wāhi wera tonu, ka āhei te papahū anō.

He urutā

- Whakarongo ki te reo irirangi mō ngā tohutohu.
- Me noho takatū tonu – ko te tikanga, whāia ai tētahi urutā e ētahi atu.