

Ko e hā 'a e nofo kolonitini?

Ko e nofo kolonitini kiate kinautolu ne fakae'a ki he COVID-19, ka kuo te'eki ke nau puke. Ko hono fakamavahe'i koe mei ha ni'ihi kehe, 'oku malava ai ke nau hao. 'Oku tonu ke ke nofo kolonitini kapau na'e fakae'a koe ki he COVID-19. 'Oku 'uhinga ki ha'o fetu'utaki vaofi mo ha taha kuo ne ma'u 'a e COVID-19.

'Oku 'uhinga 'a e fetu'utaki vaofi:

- Na'ake ofi 'aki ha fute 6 ki ha taha na'ane ma'u 'a e vailasi pea na'ake nofo ai ha minit 15 pe toe lahi hake 'i ha houa 'e 24.
- Na'ake tauhi ha taha 'i 'api na'e puke mei he COVID-19.
- Na'ake fetu'utaki hanga tonu mo ha taha na'e ma'u he COVID-19 (fe'iloaki pe 'uma kiate kinautolu).
- Na'a mou fēvahevahe'aki 'a e ngaahi naunau kai pe inu mo ha taha 'oku ne ma'u 'a e COVID-19.
- Ko e tokotaha 'oku ne ma'u 'a e COVID-19 ne māfatua, tale pe afuhi 'ene manava kiate koe.



Lolotonga 'o e nofo kolonitini, 'oku tonu ke ke nofo 'i 'api pea mavahe mei ha kakai kehe he lahi taha teke lavá.



- 'Oua teke 'alu ki he 'apiakó, ngāue, ngaahi 'ekitiviti kehekehe, fakataha'anga fakalotu, fakataha'anga e famili, pe ko ha ngaahi 'ekitiviti.
- Fakangatangata 'a e tokolahi 'oku 'a'ahi atu ki ho 'api.
- Feinga ke vamama'o 'aki ha fute 6 pe ko ha mita 'e 2 (ongo uma 'e ua) mei ha ni'ihi kehe.
- Tui 'o kofu'i ho mata kapau 'oku ke 'alu holo he kakai.
- Fufulu ma'u pe ho ongo nima pe milimili 'aki ha sanitaisa.
- Ōlo ke ma'a ngaahi me'a 'oku lahi ala ki ai (telefoni, kau'i matapaá, kamosi maamá, me'a lomi toiletí, kau'i pesoní, kanitá, pea mo ha me'a pe 'oku ukamea).

Kapau teke 'alu mei ho 'api ki ha falekoloa pea ko ha toketa, matu'aki tokanga 'aupito ke ta'ofi e fakamafola 'a e vailasi ki ha ni'ihi kehe.

Ko e hā 'a e nofo kolonitini?

'Oku ngata 'a e kolonitini 'a fe?

Ko e nofo kolonitini 'aho 14 ko e founa lelei taha ia ke malu'i 'a e kakai mei hono fakae'a ki he vailasi. Ko e lahi 'etau 'ilo ki he COVID-19, 'e lava he kau tauhi mo'ui 'o toe ma'u ha faingamalie kiate kinautolu 'oku ta'emalava ke nofo kolonitini 'aho 'e 14.

Teke lava 'o fakangata e nofo kolonitini:

- **'I he 'aho hono 10 ta'efai ha sivi.** Kapau 'oku 'ikai 'asi ha faka'ilonga 'o e COVID-19, teke lava 'o fakangata 'a e nofo kolonitini 'aho 10 mei he taimi fakamuimui na'ake fetu'utaki ai mo ha taha na'e sivi positivi.
- **'I he 'aho hono 7 pea mo e ola 'o ha sivi nekativi. Kuo pau ke ke tali ha 'aho 'e 7 mei he taimi na'e fakae'a ai ke sivi. Kapau na'ake sivi nekativi ka 'oku 'ikai 'asi ha ngaahi faka'ilonga 'o e COVID-19, teke lava 'o fakangata 'a e nofo kolonitini.**

Kapau na'ake fakangata vave 'a e nofo kolonitini 'i ha taha 'o e ngaahi founa ko 'eni, vakai'i 'a e ngaahi faka'ilonga kae 'oua kuo 'osi 'a e 'aho 'e 14 mei he taimi na'e fakae'a ai koe. Kuo pau pe ke ke matu'aki tokanga.



Tali ha 'aho 'e 7 mei he taimi na'e fakae'a ai koe pe ke 'alu 'o sivi ki he COVID-19.



'E fe'unga 'a e lahi 'o e vailasi 'i ho sino ke maa'usia he sivi. Kapau 'oku ke puke pea 'ata mai ha ngaahi faka'ilonga lolotonga ho nofo kolonitini, 'oku tonu ke ke fai ha sivi ki he COVID-19.

Kuo pau ke hoko atu ho nofo kolonitini kae 'oua kuo ma'u mai 'a e ola ho sivi.

'Oku kau he ngaahi faka'ilonga 'o e COVID-19: mofi, tale, nounou e manava, langa e monga, langa e uoua pea felangaaki, pea holo e tu'unga ifo e kai pea mo e nanamu.

Kapau na'ake nofo mo ha taha na'ane ma'u 'a e COVID-19, kuo pau ke ke nofo kolonitini ha 'aho 'e 10, neongo ko e ola ho sivi na'e nekativi.

'Oku ke tu'u lavea ngofua ke ma'u 'a e vailasi. Neongo 'oku faingata'a ke te nofo mavahe mei he kakai 'oku nau ma'u 'a e COVID-19 pea 'oku nau nofo foki 'i ho 'api. 'Oku 'uhinga 'eni ki ha'o nofo kolonitini 'o toe loloa ange he 'aho 10 kapau 'oku faingata'a ke ke nofo mavahe mei he tokotaha 'oku puke. Ko e taimi kotoa pe 'e fetu'utaki ai ha taha ne sivi positivi lolotonga ia 'oku ne, 'e fiema'u ke toe ka nofo mavahe, 'e toe kamataa fo'ou ho nofo kolonitini 'aho 'e 10.

