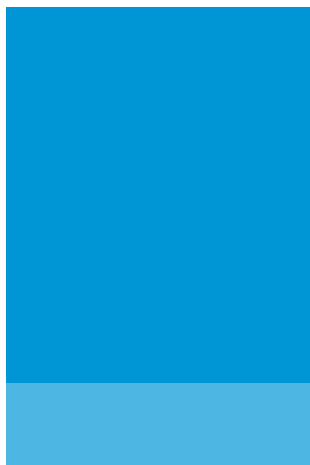
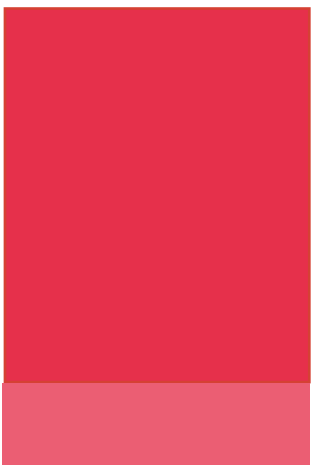


Welcome to preschool

A parents guide to starting preschool

Talitali-lelei ki he ako-tokamu'á (preschool)

Ko ha fakahinohino ma'ae ngaahi mātu'á ki he kamata
ako-tokamu'á



Education
Public Schools

TONGAN



Ko e me'a te ke ma'u'i loto'i he Talitali-lelei ki he ako-tokamu'a

Kuo fa'u'a e *Talitali lelei* ki he ako-tokamu'a ke tokoni ke hoko'a e kamata fononga fakaako tokamu'a ho'o tamá ko ha kamata lelei mo fakafiefia. 'I lotó, te ke 'ilo ai'a e fanga ki'i tokoni lelei kuo'oatu'e he kau faiako tokamu'a 'a e fānau kei iiki' mo e ngaahi mātu'á ke fakafaingofuaange ai kiate koe mo ho famili''a hono teuteu ho'o tamá ki he ako-tokamu'a. 'E toe'oatu foki ai kiate koe ha fakafiemālie kuo ke fai'a e tu'utu'uni'oku tonú'i hono'ave ko ia ho'o tamá ki he ako-tokamu'a pea mo ha mahino lelei ki hono mahu'inga ko ia ki he fakalakalaka ho'o tamá.

Kapau'oku'i ai ha'o fa'ahinga faka'eke'eke pe fiema'u ke fai ha fa'ahinga fokotu'u, kātaki'o 'imeili mai ki he

parents@det.nsw.edu.au

Ko e 'alu ki he ako-tokamu'a	3
Ko e teuteu	3
Ko e me'akai'i he ako-tokamu'a	4
Ko'e hā'a e me'a 'oku tonu ke tui he'eku tama?	5
Ko e ako ma'ae kau leká	5
Ko hono poupou'i e ako ho'o tamá	6
Ko e teuteu ki he ako lahi'	6
Ko e taimi 'oku puke ai ho'o tamá	7
Ko e kutu'i he 'ulú	7
Ko e ngaahi website'aonga	8

Ko e 'alu ki he ako-tokamu'a

'Oku malava ke ki'i fakalotosi'i ki he ngaahi mātu'a tokolahi'a e fakakaukau ko ia'o e ako-tokamu'a. Te ke ala ongo'i hangē'oku fu'u vave 'a e lahi hake ho'o leká. 'Oua te ke hoha'a! Ko e ako-tokamu'a ko ha taimi ia'e lahi ai'a e fiefia ho'o tamá moe fānau honau to'u. 'Oku tokoni 'a e ako-tokamu'a ke fakatupu mo fakafālahi ai'a e founga ko ia'oku a'usia ai'e ho'o tamá'a e akó'o nau hoko ai ko ha kau ako lotoma'u, lotomāfana mo fieako'oku nau'amanaki atu ke kamata'a e ako lahi'.

Ko e teuteu

Kuo ke fe'iloaki mo e faiako ako-tokamu'a?

Ko e faiako ako-tokamu'a ko ha toko taha ia'oku mahu'inga ke'ilo'i. 'E lava'e he faiakó ke tala atu kiate koe'a e me'a'oku hoko'i he ako-tokamu'a pea tokoni'i hono tali'o ha fa'ahinga fehu'i 'e tokoni ki he fiemālie ho'o tamá.

'Oku'i ai'a e ngaahi tu'utu'uni moe ngaahi founga ngāue kehekehe'a e ako-tokamu'a ke tokoni'i'a e mo'ui lelei, malu mo e lelei'a e fānau kotoa hangē ko e taimi a'u mo e mavahe, me'akai' mo e fakatupu sino mo'ui', fakalakalaká mo e akó pea mo e malu'i mei he la'aá.

Fale'i: 'E kole atu'e he ako-tokamu'a ke ke fakamo'oni hinga'a'i ha lēsisita'i he kamata'anga mo e ngata'anga'o e'ahó pe polokalama taki taha. Kātaki'o fakapapau'i'oku ke fakamo'oni hinga'a'i he lēsisita ni'a ia'oku fa'a tuku'i he hū'anga ki he ako-tokamu'a.

Lisi'o e ngaahi me'a ke tokanga'i'

Ko'eni ha lisi fakavave'o e ngaahi me'a'e fiema'u'e ho'o tamá:

- ko ha kato
- ko ha ki'i puha ki he me'akai ho'ataá
- ko ha vala fetongi, kau ai e sitōkeni mo e vala loto
- ko ha tatá
- ko ha me'akai ma'ama'a mo ha inu ki he taimi ipu-ti' pongipongi' pe efiati'.

Kapau ko e ako-tokamu'a'oku fai'i ha'aho kakato,'e toe fiema'u'e ho'o tamá'a e:

- me'akai ho'atā
- tupenu mo/pē ha sipi ki he taimi mālōlō.



Ngaahi me'a 'oku kau kovi ki he sinó ('alesi' = allergies), ngaahi tu'unga fakafaito'o mo e ngaahi fiema'u makehé

Kimu'a pea kamata ako-tokamu'a ho'o tamá, 'oku mahu'inga ke fakahā ke'ilo'e he ako-tokamu'a kapau'oku'i ai ha fa'ahinga 'alesi' ho'o tamá pe tu'unga fakafaito'o pe ha fa'ahinga fiema'u makehe. 'E ma'u taimi leva heni'a e ako-tokamu'a ke fai ha fa'ahinga fokotu'utu'u fakalahi ma'a ho'o tamá.



Fale'i: Fa'ó'a e me'akai koē'oku ke 'ilo'oku sai'ia ai ho'o tamá pea te ne kai'. Ko e toe fakakaukau lelei foki ke tokoni ki ho'o tamá ke ne 'ilo'a e founa to'o'o e kofukofu'enau me'akai' pea mo kai ia 'iate kinautolu pē.

Tokanga'i'o e ngaahi 'alesii'

Ko e Anaphylaxis ko ha liekisoni 'alesi' (allergic reaction) fakatu'upakē ki ha ngaahi me'akai 'e ni'hi hangē ko e nati' pe fingotā pe u'u'e ha 'inisēkite. Kuopau ke ke fakahā ke 'ilo'e he faiako ako-tokamu'á kapau'oku 'alesi' ho'o tamá ki ha me'akai pe ngali fakatu'utāmaki mei he Anaphylaxis. 'Oku 'i ai'a e ngaahi ako-tokamu'a'e ni'hi'oku tapui ai'a e nati', 'eke ki ho'o faiako ako-tokamu'á fekau'aki mo ia.

Ko e me'akai' i he ako-tokamu'á

Ko e kai' i he ako-tokamu'á ko ha koga mahu'inga ia'o e polokalama faka'ahó pea 'oku mau poupou'i'a e ngaahi 'ulungāanga kai fakatupu mo'ui lelei'. 'E toe tokoni atu foki'emaui kau ngāue' i he ako-tokamu'á ki ho'o tamá lolotonga e taimi kai' 'aki hano fakamanatu, kiate kinautolu ke nau fanofano, pea faka'ai'ai kinautolu ke kai ke 'osi'enau me'akai' pea 'oua'e fevahevahe'aki'enau me'akai' mo e ngaahi kaungāme'a kehē.

'E kole atu ke ke'ai ha me'akai fakamo'ui-lelei ki he taimi ipu ti' pongipongi', kai ho'ataa pea mahalo ki he taimi ipu-ti' efiafi'. Talanoa ki ho'o faiako ako-tokamu'á ke ma'u ha fakakaukau ki he me'a ke fa'o ma'a ho'o tamá i he 'aho taki taha. Te ke toe lava foki'o vakai ki he'emaui website Tamaiki Mou'ui-lelei' (Healthy Kids) ke ma'u mo ha toe'ū fakakaukau ki he 'u me'akai ma'ama'a mo e me'akai ho'ataa.

'Alu ki he www.healthykids.nsw.gov.au



Faka'ilonga'i'a e me'a kotoa!

'E 'i ai'a e pini'i he ako-tokamu'á ki he koloa molé ka ke hao e taimi' mo e ngangaunoá, kātaki'o faka'ilonga'i mahino'a e ngaahi me'a kotoa ho'o tamá hangē ko honau vala, kato mo e puha fa'o'anga me'akai ho'atā.

Ko e ako ki he kau lekā

Ko e ako ho'o tamá i he ako-tokamu'á e langa hake ia i he ngaahi me'a ko ia na'a ke ako'i kiate kinautolu 'i'api'. Lolotonga e va'ingá, 'e ngāue'aki 'e ho'o tamá 'ene fakakaukau-lotó, ako ke vā-lelei mo e ni'hi kehē, palani mo fanongo.

Ko 'emaui kau faiako ako-tokamu'á kuo nau 'osi lava kakato'a e ngaahi ako tokamu'a ko ia ma'ae fānaú. Ko e ngaahi a'usia fakaako ko ia ho'o tamá 'oku fakafou' i he'ene kau he va'ingá, 'e palani fakalelei ia'e he faiakó pea fakahu'u ia'e he ngaahi manako ho'o tamá.

Ko e ngaahi ngāue'a e ako-tokamu'á ki he akó

- Ko e ngāue'aki'o e ngaahi me'ava'inga pāsóló (puzzle) mo e va'inga'aki e ngaahi poloká
- Koe valivali mo e tā fakatātā, kosikosi mo e fakapipiki
- Koe lau e ngaahi tohi' mo e fanongo ki he ngaahi talanoá
- Talanoá mo e fanongó
- Ko e tui teungá mo e va'inga' i he tuliki 'api' pe ki'i fale-va'inga'a e fānaú
- Ko e fanongo mo e tā musiká
- Ko e tau'olungá mo e faivá
- Ko e kaka' i he ngaahi me'anguaé, palanisi', lelé mo e puná
- Ko e ngāue'aki e ngaahi komipiutá
- Ko e va'inga'aki e 'umeá, tou (dough) va'ingá, 'one'oné mo e vai'

'I he ngaahi a'usia fakaako ko'eni', 'e fakatotolo mo 'ahi'ahi-me'a ai ho'o tamá, pea fakatupu ai 'enau poto' i he vete palopalemá, fetu'utaki' mo e fakasōsialé. 'E toe fakatupu foki ai mo 'enau mahu'inga'ia 'iate kinautolú, lotoma'ú pea mo e tu'unga ki he 'enau akó.

Ko e hā'a e me'a 'oku tonu ke tui he'eku tamá ki he ako-tokamu'á?

Tui ho'o tamá ha vala'oku fakafiemālie, fe'unga mo e me'a 'oku nau fai', 'oku malu mo faingofua kiate kinautolu ke nau ngāue'aki 'iate kinautolu pē, kau ai mo e sū 'oku fe'unga mo e va'ingá mo e kaká.

'E kole ki he fānaú ke nau tui ha tatā ke nau va'inga' i tu'a. Faka'ai'ai ho'o tamá ke maheni mo e tui ha tatā i he taimi'oku nau' i tu'a ai'. Ko e lahi taha'o e ngaahi ako-tokamu'á 'oku 'i ai'enau tu'utu'uni 'ikai ha tatā, va'inga' i he malumalú.

Fale'i: Tuku 'a e vala lelei' ki he taimi'oku ō ai ki ha me'a pe paati. Lolotonga e feinga'a e kau faiakó ke faka'ehi'ehi e fānaú mei he tau ha me'a' i honau valá, ko e vali' mo e 'uli' ko e konga ia'enau fiefiá mo e akó.



Ko hono poupou'i e ako ho'o tamá

'Oku lelei taha e ako'a e fānau'i he taimi koē 'oku ngāue fakataha ai'ae ngaahi mātu'á mo e kau faiakó. 'Oku leleiangē ho'o'ilo ho'o tamá'i ha toe taha kehe ko ia ai te ke lava 'o tokoni ki he faiakó ke ne mahino'i ho'o tamá'aki ha'o fevahevahe'aki'a e ngaahi fakamatala fekau'aki ko ia mo'enau ngaahi manakó.

Ko e ngaahi founa ke poupou'i'aki ho'o tamá'i he ako-tokamu'á

- Fekumi ki he lahi taha te ke lavá fekau'aki mo e ako-tokamu'á hangē ko e ngaahi founa tu'uma'ú mo e ngaahi me'a e fiema'u ke 'omi'e ho'o tamá ki he ako-tokamu'á
- Kau'i he ako-tokamu'a ho'o tamá hangē ko e ngāue-'ofa ko ha taha tokoni
- Talanoa mo e kau ngāue'a e ako-tokamu'á fekau'aki mo e ngaahi ngāue te ke lava 'o fai mo ho'o tamá 'i'api' hangē ko e lautohi mo ho'o tamá
- Talanoa mo e kau ngāué fekau'aki mo e ako ho'o tamá
- Talanoa mo ho'o tamá 'i he 'aho taki taha fekau'aki mo e me'a na'a nau fai'i he ako-tokamu'á

Ko ha kamata lelei

'E tokoni ha kai pongipongi fakatupu sino-mo'ui ke kamata'aki ha ma'u'e ho'o tamá'a e'aho lelei taha'e malava'i he ako-tokamu'á. 'E tokoni ia kiate kinautolu ke nau tokanga pea mo foaki ivi kiate kinautolu ke nau va'inga. 'E toe poupou'i foki ai kinautolu ke nau fakatupu ai ha sipinga lelei ki he kai'i he toenga'enau mo'ui'.

Ko ha pō mohe-lelei

'Oku fiema'u e fānau ke nau mohe lelei'i he pō taki taha ke nau malava ai'o feau e ngaahi me'a mālīe mo fakafiefia'o e ako-tokamu'á.

'E tokoni'a e mohe lelei' ki ho'o tamá ke:

- tokanga mo hu'ufataha e lotó
- vete palopalema mo fakakaukau'i ha ngaahi fakakaukau fo'ou
- va'inga fakapotopoto mo fiefia'i honau'ahó.



Ko e teuteu ki he ako lahi'

'E poupou'i koe mo ho'o tamá'e he ako-tokamu'a ho'o tamá'i he teuteu ki he akó. 'Oku fa'a fakalele 'e he ngaahi ako-tokamu'á mo e ngaahi'apiakó ha polokalama *Fetongi ki 'Apiako* 'a ia'e'atu ai kiate koe ha ngaahi fakamatala'aonga mo e ngaahi fale'i fekau'aki mo'enau'uluaki'aho lahi'i he Kindergarten pea tokoni atu ke ke maheni mo e founa tu'uma'u'a e'apiakó pea mo e ngaahi me'a fakalotofiefia ko ia'oku'atu'e he mo'ui

fakaakó ki he ngaahi fāмили'. Ko e kau ko ia'i he ako ho'o tamá'e tokoni ia kiate kinautolu ke nau ma'u ha kamata lelei ki he toenga ko ia'o'enau fononga fakaakó.

Ko e taimi ko ia'oku puke ai ho'o tamá

'E puke ho'o tamá'i ha taimi mo ha taimi. Kātaki 'o tā pongipongia ki he ako-tokamu'á kapau'oku puke ho'o tamá.

Ko e ngaahi puke'e ni'ihī'oku ala pipihi. Ke ta'ofi e mofele'a e pipihi ko'eni' ki he fānau kehé, kātaki'o sio ki ho'o toketaá pea tauhi ho'o tamá 'i 'api'i he taimi'oku fale'i atú.

Ko e ni'ihī'o e ngaahi pipihi maheni':

Huhunú – ko ha ki'i mofi, fofonu mo e petepete'oku kamata ko e mohomoho'o fā pea mongumangu

Miselé – mofi, hela'ia, fofonu, tae pea kula mamahi e matá'i ha ngaahi'aho si'i, hoko ai mo e petepete'ile'ila kulokula'oku kamata he matá'o mofele hifo ki he sinó pea osi'i he'aho'e fā ki he fitu.

Conjunctivitis – ongo'i pakaka e matá, kula mo ala vaia. 'E ala pipiki e lau'imatá lolotonga e mohé

Impetigo (school sores) – fanga ki'i toti kuokula iiki'oku liliu'o fakamohomoho'o fonu pela pea hoko'o pakupaku – meimei'i he matá, nimá mo e nge'esi'ulú

Lafá – konga si'isi'i'oku'uno'unoa'i he kili' 'oku takataka'aki ha siakale pingiki'.

Ko e me'a ke fai kapau'e puke ho'o tamá

Kapau'oku ma'u'e ho'o tamá'a e ngaahi faka'ilonga ko'eni', ko e lelei tahá ke talatala ki ho'o toketaá pea tauhi'i'api ho'o tamá:

- Ko ha mofi 38°C pe lahi hake
- lua pe fakalele
- fakamomoko lahi pe ngaahi faka'ilonga 'o e flu
- petepete'oku'ikai'ilo hono tupu'angá.

Ki ha toe fakamatala fekau'aki mo e ngaahi mahaki pipihi'e ala uesia ai ho'o tamá, fetu'utaki ki he Potungāue Mo'ui'a NSW'i he Telefoni 9391 9000.

'Alu ki he: www.health.nsw.gov.au

Kutu'i he'ulú

'E ala hoko'a e ako-tokamu'á ko ho'o fuofua a'usia ia'a e kutu'i he'ulú. 'Oua na'a ke manavahē kapau'e hoko ha kutua lahi. 'Oku lava ke fakahoha'a'aupito'a e kutua'a e'ulú kae mālō pē'oku'ikai te nau maumau'i'a e mo'ui lelei ho'o tamá pea'oku'ikai foki hanau kaunga ki he haisini fakafo'itangata'a ha ki'i tamasi'i/ta'ahinev.

Ko e me'a lelei taha te ke lava'o fai' ko e tokoni ki hono tokanga'i e kutua'a e'ulú 'aki'a e:

- toutou vakai'i e'ulu ho'o tamá
- nono'o kimui e'ulu loloá pe fi'
- tuku ha helu-tā-kutu'i falekaukau pea faka'ai'ai ho fāмили' ke nau ngāue'aki'i he taimi ko ia'oku uku ai honau'ulú
- helu faka'aho'aki ha white hair conditioner'o ngāue'aki ha helu-tā-kutu ke tata'aki e kutú mo hono fuá (liha).

