



Saogalemu mai le La (Sun)

Faamatalaga mo matua ma e tausia tamaiti

E faatauaina lava e a matou aoga le saogalemu mai le la, ma ua faatulagaina nei ni aiaiga e lagolago ai siosiomaga o aoga ia puipuia mai ai tamaitiaoga, mai a'afiaga e faaleagaina ai latou mai le la.

I aoga taitasi uma lava, e i ai o latou tiute fai, o le tuuina atu lea o siosiomaga saogalemu mo tamaitiaoga ma le faiaoga, ma e aofia ai ma le tuuina atu o puipuiga talafeagai lelei mai le malosi o le la.

E faaoga e aoga Taiala mo le Saogalemu mo Tamaitiaoga mai le La, ma mea faigaluega e fesoasoani i le fuafuaina ma le faaopopoina o tulaga sili atu mo le saogalemu o tamaitiaoga mai le la. E faamalosi atu i aoga ia auai ni sui mai le komiuniti atoa, o a latou aoga pe a toe iloilo ma fuafuaina tulaga tau le saogalemu mai le la i a latou aoga. E mafai ona faafesootai le puleaoga o lau aoga mo nisi faamatalaga e uiga i le saogalemu mai le la i le aoga a lau tama.

Faaleagaina o le pa'u o le tino a'o tamaititi ma o'o ina matua

O tagata uma lava i NSW, tusa lava poo le a le aganuu, poo le tupuaga, e ono aafia lava i le ova faalā ma faaaliali o le tino i le sulu alatalavaiioleti (ultraviolet radiation) mai le la.

A o'o atu i le 15 tausaga le matua o le toatele o tamaiti, ua i ai le tulaga ua maua ai o latou pa'u e le toe mafai ona liua ai le leaga ona o le faaaliali i le la.

E ui la o le kanesa o le pa'u e pito i sili ona taatele i Ausetalia, ua fua faatatauina pe tusa ma le 95% o kanesa o le pa'u e mafai ona puipuia e auala atu i le faaititia o le faaaliali i le sulu alatalavaiioleti (ultraviolet radiation) mai le la.

Galulue faatasi mo le saogalemu aoga lelei mo le la

I le faaititia o le faaaliali o le tino poo le faalā, ma ia faateleina le faia o aiaiga e saogalemu ai mai le la, e mafai ai e aoga ona fai so latou sao tulaga ese atu lava e fesoasoani ai i le komiuniti i a latou taumafaiga ina ia faaititia le kanesa i le pa'u o le tino ma isi leaga e o'o i le tino poo le pa'u.

E lagolago e aoga ia tamaitiaoga ma tamaiti i aoga faaitaitai (preschool) ina ia malamalama pe aiseā e taua ai lava le saogalemu mai le la ma ia faia galuega tatau nei ia puipuia mai ai latou, pei o le:

- faaoga ma fai le pulou e saogalemu mai ai i le la, o lavalava ma tioata mo le la (sunglasses)
- vaai se mea e paolo a o mu tinitini le la ma susulu mai sulu alatalavaiioleti (UVR) i taimi o aso a o fai aoga

- fai ma faaoga le SPF 30+ (pe malosi atu foi) o tioata lanu lautele e vaai atu ai ma ia aua nei sao i ai le vai pe susū (sunscreen).

O le saogalemu mai le la, o le tiute o tagata uma

O faiaoga, matua ma e e tausia tamaiti ma e asiasi mai i le aoga, o o latou tiute fai o le fai ma faaitaitai ia saogalemu mai le la, mo se faaitaitaiga, o le fai mai o se pulou mafola lautele pe a fai faagaioiga a le aoga e fafo.



A faapea o le Fua o le Alatalavaioleti (UV Index) e 3 pe sili atu foi, faamanatu i tamaitiaoga e uiga i le manaomia mo le saogalemu mai le la.

Faamalosi i tamaiti ma le au talavou ia faataitai pea ia saogalemu mai le la, ma o se tiute fai e fefaasoa'i. Pe i ai i le lotoā i tua o le fale poo i luga o le matafaga, e tatau i tamaiti ma le au talavou ona fai pulou e saogalemu mai ai i le la poo se kulimi e puipuia mai ai (sunscreen). I le fai o faataitaiga o le saogalemu mai le la i le aiga, o le lagolagoina lea a matua ma e e tausia tamaiti o fe'au ia e a'oa'o i le aoga e uiga i le saogalemu mai le la.

O le a talia ma le fiafia e tamaiti ma le au talavou le taua o le puipuiga mai le la, e le na o taimi e a'oga ai, ae atoa ai foi ma o latou soifuaga atoa lava.



Fautuaga mo fesoasoani

O le upega tafailagi a le Auaunaga o Fesoataiga a Atunuu eseese o le Soifua maloloina a NSW (Multicultural Health Communication Service) e aofia ai le 19 gagana e faaulutala - *Laved'i mai lou pa'u mai le kanesa pito i taatele a Ausetalia.* <http://www.mhcs.health.nsw.gov.au/>

O le upega tafailagi a le Fono o le Kanesa a NSW o loo i ai le pepa o faamatalaga o le Poto ile la (Sunsmart) i gagana e 7. <http://cancercouncil.com.au/publications/multilingual-cancer-information/>



Afai e i ai ni au fesili ma ete manaomia se faamatalaupu e fesoasoani i a oe i le Faa-Peretania, faamolemole valaau i le Auaunaga o Faamatalaupu i le Telefoni i le 131 450 ma fesili mo se faamatalaupu i lau lava gagana. Ta'u i le talitelefoni le numera o le telefoni na ete manao e vili i ai, ma o le a su'e e le talitelefoni se faamatalaupu e fesoasoani i a oe i la outou talanoaga. O lenei auaunaga e fai fua e leai se totogi mo oe.

Mo nisi faamatalaga
Sun safety website

Student Engagement and Interagency
Partnerships

NSW Department of Education