WANEM YU SAVE MEKEM BLONG HELPEM PIKININI BLONG YU

SEFTI

- Traem blong no leko pikinini blong yu blong longfala taem from sefti blong olgeta
- Sapos bae yu aot long olgeta, letem oli save wea ples yu stap long hem mo hao oli save kasem help sapos oli needim
- Sapos yu stap ko aot long wan distribution, mekem sua se oli stap klosap long yu o yu putum olgeta long han blong wan we yu trastem blong hemi lukaotem gud olgeta
- Sapos oli stap ple aotsaed, oli mas talem long yu wea ples bae oli ko ple long hem mo wanem taem bae oli kambak
- Traem blong kat wan plan mo oltaem tokbaot wetem ol pikinini ol disisen moaksen hemi save helpim olgeta blong oli fil sef

KOHED LONG OL NOMOL PROKRAM BLONG HAOS

- Traem blong kohed wetem ol nomol evridei prokram olsem taem blong slip, mo ol narawan
- Faenem taem blong sitdaon tugeta mo talem stori, dro mo kala o singsing long wan semak taem evri dei hemi save kam olsem pat blong prokram blong famli blong yu. Ol pikinini oli fil sef taem oli save wanem bambae hemi happen from hemi kivim olgeta kontrol mo putum daon ol filing blong konfusen

PLEPLE MO EXERCISE

- Enkarejem olgeta blong pleple wetem yu, ol narafala brata mo sista blo olgeta o ol narafala pikinini
- Exercise hemi help blong impruvum fisikol mo emosonel wellbeing
- Askem olgeta ol smol pleple we yufala save mekem tugeta insaed o aotsaed

TOKTOK MO KAT TAEM TUGETA

- Kat taem wetem wan wan pikinini. Bae hemi helpim olgeta blong fil sef mo strong
- Askem filing blong hem. Tekem taem blong lisen mo andastan wanem oli stap kotru long hem
- No fosem olgeta blong tokbaot wan hat samting we oli ko tru long hem. Traem tokbaot ol nara samting
- Luksave mo rispon long ol filing we oli serem
- Yu shoem long olgeta hao blong manejem ol strong filing olsem yu calm daon mo yu tokbaot ol filing ya

KEA MO GUDFALA TOKTOK

- Talem long olgeta se bae yu mekem sua se bae oli stap sef be no mekem eni promes long fiuja
- Shoem long olgeta se yu lavem olgeta wetem ol aksen olsem smael long olgeta, hugem olgeta, holem han tugeta mo talem se yu lavem olgeta
- Presem hem taem hemi mekem wan gud samting
- Kivim ol klia instraksen long hem
- Yu shoem long hem ol behevia we yu wantem long hem olsem toktok gud, stap calm, shea mo keepim ples hemi kiln mo gud oltaem
- Toktok long wan klia, calm mo positive wei

Australian Aid
NEW ZEALAND FOREIGN AFFAIRS & TRADE Aid Programme
World Vision