



Health Navigator New Zealand website

Video animation transcript: COVID-19: Gahua ke he lotokaina (COVID-19: Working from home)

00:00

Kaeke ko koe ne leveki atu ke he taha tagata ne kua moua he COVID, pokua malolō fakahaga mai, na ko e mena mahani lahi ke lauia e haau a malolō ke he manamanatuaga mo e malolō ke he tino.

00:06

Muaatu kaeke kua fa mahani a koe ke fakafetui auloa mo e tau tagata ne gahua mo koe pihia foki mo e tau kapitiga haau.

00:10

Ka ha hā kia au e COVID loa to pehē e mena ia kua mahani fakahaga a au ke gahua mai he lotokaina.

00:14

Ko au e pule gahua ne fakagahua tagata he fale gahua ne kua lago kia au ke mahani molulu. Lagomatai a au kia Jenny ha magaaho ni ne maeke ia au.

00:20

Kua katoatoa oti e tau mena haaku ne manako ki ai he magaaho nai.

00:22

Kua filifili ki ai e au e tau mena haaku ne fahia ke taute...

00:25

Mo e kua matutaki a au mo e haaku a matakau.

00:27

Ha hā i ai e tau mena ne maeke ia koe ke taute ke leveki aki a koe tuga e:

00:30

fakatoka kehe e moui fale gahua haau mai he moui fakalotokaina,

00:32

fano ki fafo ke moua e taha fafagu foou mo e taha faofao tino mamā,

00:35

fakatumau ke mau e tau matutakiaga.

00:36

Fakaaue ha kua tamai e kai afiafi he aho Falaille.

00:39

To liga tupetupe a koe neke oti e haau a tau aho nofo ki kaina ka gagao, totogi e tau kaitalofa poke utakehe haau a gahua.

00:44

Ko e tau mena mitaki lahi e tau matutakiaga nei ke kamata ai.

00:47

Kua fakatutala a au mo e haaku a ekekafo mo e haaku a takitaki gahua haggao ia ke he tau fakatokatokaaga ka liu atu au ke gahua.

00:51

Kua moua e au e milino ke he haaku a loto ha kua maeke ia au ke liu ke matutaki ke he haaku ni a puhala ne kua fahia ki ai.

00:55

Kaeke ke logona e koe kua nakai fahia, fai lagomatai mo e levekiaga ne maeke ia koe ke moua.