

Se a tau mea e mafai o fai?

Te lagona o te ita mai o tino se mea e mafai o faite ne ia se fakamaseiga lasi io me ko te matakū i loto i 'tou komiuniti. Kafai a koe, ou taugasoa io me ko ou kaaiga ko oti ne pokotia mai uiga ita, e taaua ke **fakatau fesoasoani, fakamau**, kae **lipoti**.

1. Fakatau fesoasoani

Fakamautinoa ko koe pela foki mo nisi tino ne pokotia e nofo i se koga e saogalemu, tela e mao mai te tino tenei e kaitaua. Kafai a koe se tino e molimau, fakamautinoa ko te tino io me ko tino e pokotia e se nofo loa ia latou a ko koe e nofo i kona o fesoasoani ki a latou.

2. Fakamau ne koe te mea e tupu

So se molimau e fakamau io me e tausi mai te mea ne tupu e mafai o taaua manafai e isi se sukesukega e fai. Kafai e mafai o fai kae seai se fakamatakuga, e mafai ne koe o:

- Puke faka vitio io me e pei ata o te mea e tupu
- Tausi fakalei so se molimau ne maua
- Tusi ki lalo a fakamatalaga o te taimi, te koga, mo tino (io me ko fakamatalaga o tino) ne aofia.

3. Lipoti ki loto

E mafai ne koe o lipoti tonu loa ki te matagaluega io me fakailoa ki te tino pili atu e isi sena tofiga io me se tino e fakatuagagina - e mafai se tino fakatele te pasi, se tino e tiute te koga tena io me se koga fakatali tino ki loto. E mafai foki ne koe o fai ki se tino e talitonu koe kiei tela ka mafai ne ia o 'lago kae fesoasoani ki a koe ke lipoti ki loto te mea ne tupu.

Telefoni ki te 111 manafai e isi se tino e isi se fakamataku kiei.

Te lipoti ki loto e fesoasoani o tausi a 'tou komiuniti ke saogalemu, malosī, kae 'lagolagogina.



Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government



Te Kāhui Tika Tangata
Human Rights Commission

Fusi fakatasi o 'teke atu ki te ita i loto i Aotearoa

Te ita e mafai o pokotia iei so se tino kae faite ne ia te faka'mae ki a tatou katoa, 'tou taugasoa, 'tou kaaiga, mo 'tou komiuniti.



Kafai e faka'tau ifo koe ia koe, se tino e iloa ne koe, io me se potukau e lamalamagina ona ko tena atufenua ne vau iei, tena lotu, tena iloga me se fafine me se tagata, te faitu fakatauavaga, tausaga, te se katoatoa o te foitino, io me so se vaega o olotou iloga, e taaua ke lipoti ki loto te mea nei.

Te ita e mafai o lavea i vaega kesekese o uiga fai. Mai te fakaoga o pati faka'mae ma kalaga atu ke oko ki te fakamatakutaku, takafiatoua, pati ita i te initaneti, fakamaseiga e tapu i tulafono, fakaoko lima pela foki te fakasauaa i uiga fakatauavaga. A faifaiga konei e fai ke faka'mae io me fakamatakutaku te tino io me ko tino pela foki a komiuniti ki tua atu ona fua loa ko latou e pena.

Te lipoti ki loto e fakafoliki ne ia te fakamaseiga e fai ne te ita mai te kiloga ki te ata lasi atu o te fakamaseiga e fai ne te ita ki te atufenua o tatou. Te mea nei e fai ko matagaluega ke fakamau kae puipui a faifaiga penei, kae ke avatu foki fesoasoani ki a latou e pokotia.



Lipoti

Kafai e se lipoti ne koe, e se mafai ne matou o fesoasoani.

E iloa ne matou a te faipati e uiga mo mea e tupu e mafai o faigata. E uke a filifiliga e avanoa ki a koe ke lipoti ne koe io me sala se fesoasoani, e aofia iei me i fea e mafai ne koe o faipati mo te saogalemu kae e se iloa atu me kooi koe.

Pulisimani

Kafai e isi se tino e isi se fakamatakutaku kua ia nei io me e isi se mea e tupu i te taimi nei, [telefoni ki te 111](tel:111) i te taimi nei.

Kafai ko oti ne tupu se mea, kae e seai se tino e isi se fakamatakutaku fakavave ki a ia nei, [lipoti i te initaneti](tel:105) i te [105.police.govt.nz](https://www.police.govt.nz)

Netsafe

Netsafe se fakapotopotoga i Niu Sila e galue loa i a ia tokotasi, e se galue mo se polofiti kae fakapitoa mo te saogalemu i te initaneti. E mafai ne koe o lipoti a fakalavelave e aofia iei ko te faifai muna i te initaneti, uiga fai maaloa pela foki mo te takafiatoua.

Fano ki te [netsafe.org.nz/report](https://www.netsafe.org.nz/report)
Io me telefoni ki te [0508 NETSAFE \(0508 638 723\)](tel:0508638723)

Te Department of Internal Affairs: Agai Atu Ki Fakasauaga I Te Initaneti A Tino Tafasili Te Ita

Te Digital Violent Extremism Team i te DIA e fakasaga tonu ki te tausiga o tino Niu Sila ke saogalemu mai fakamaseiga i te initaneti mai te tali atu mo te puipui o te fakasalalau o fakailoaga 'teke kola e fakailoa io me fakamalosi a faifaiga fakasauaa e tafasili te masei.

Fano ki te [dia.govt.nz/Countering-Violent-Extremism](https://www.dia.govt.nz/Countering-Violent-Extremism)

Crime Stoppers (Fakagataga o Uiga Ofa Tulafono)

Crime Stoppers se fakapotopotoga fesoasoani tela e avatu ne ia se avanoaga e saogalemu kae se fakailoa a igoa o latou e fia faipati kae lipoti ki loto.

E mafai ne latou o ave a fakamatalaga ne avatu ne koe ki fakapotopotoga tonu kae e fia malamalama i mea e iloa ne koe, kae se koia me kooi koe.

Fano ki te [crimestoppers-nz.org/report](https://www.crimestoppers-nz.org/report)

Io me telefoni ki te [0800 555 111](tel:0800555111) o faipati ki se tino ko atamai i te tali o telefoni.

Te Kāhui Tika Tangata Human Rights Commission

Te Human Rights Commission e avatu ne ia te galuega fesoasoani e seai se togi kae e se fakailoa ki tua, o fesoasoani ki fesili io me ko se maliega e uiga mo fakakesekesega e tapu i tulafono, uiga takafiatoua fakatauavaga io me i faitu tau tou atufenua, pela foki mo faipatiga e faka'mae.

Fano ki te [tikatangata.org.nz](https://www.tikatangata.org.nz)
Io me telefoni ki te [0800 496 877](tel:0800496877)

CERT NZ

CERT NZ e galue o agai ki fakamatakutaku ki te saogalemu i te initaneti i loto i Niu Sila. A latou e fesoasoani ki tino e pokotia ne mea tupu tau te saogalemu i luga i te initaneti, kae avatu foki fakamatalaga mo fautuaga.

Fano ki te [cert.govt.nz/report](https://www.cert.govt.nz/report)

Fesoasoani

Sa fai eiloa pela me ko koe aka loa tokotasi.

E isi faeloa se fesoasoani e toka.

Victim Support (Fesoasoani mo tino ne pokotia)

Kafai koe se tino ne pokotia ne se faifaiga soli tulafono, faitalia me pefea te lasi o tena fakamaseiga, e isi faeloa se fesoasoani e avanoa. Victim Support e mafai o fesoasoani atu ke fakafesagai koe mo pokotiaga o lagona pela foki faka te foitino ona ko uiga ofa tulafono kae avatu foki fakamatalaga o fesoasoani ke malamalama koe i te fakasologa tau tulafono.

Fano ki te [victimsupport.org.nz](https://www.victimsupport.org.nz)
Io me telefoni ki te [0800 842 846](tel:0800842846)

Fesoasoani ki te 'Iei o te mafaufau

E isi ne vaega o mea faigaluega pela foki galuega fesoasoani e avanoa o fesoasoani, e aofia iei ko telefoni mo galuega fesoasoani i te initaneti pela foki mo fakamatalaga, mo fesoasoani mata ki mata.

[Depression Helpline](#)
Telefoni ki te [0800 111 757](tel:0800111757)
Tekisi ki te [4202](tel:4202)
Fano ki te [depression.org.nz](https://www.depression.org.nz)

[1737](tel:1737)
Telefoni io me tekisi ki te [1737](tel:1737)
Fano ki te [1737.org.nz](https://www.1737.org.nz)

[Suicide Crisis Helpline](#)
Telefoni [0508 TAUTOKO](tel:0508TAUTOKO)

[The Lowdown](#)
Telefoni ki te [0800 111 757](tel:0800111757)
Tekisi ki te [5626](tel:5626)
Fano ki te [thelowdown.co.nz](https://www.thelowdown.co.nz)

[Lifeline](#)
Telefoni ki te [0800 LIFELINE](tel:0800LIFELINE)
Tekisi [HELP](tel:4357) io me [4357](tel:4357)
Fano ki te [lifeline.org.nz](https://www.lifeline.org.nz)

Community support (Fesoasoani ki komiuniti)

[Neighbourhood Support](#)
Galue fakatasi mo Pulisimani o aumai fakatasi a fakai pili ke faite mai iei a komiuniti e saogalemu, e malosi o toe atiake kae tumau te galue fakatasi.

Fano ki te [neighbourhoodsupport.co.nz](https://www.neighbourhoodsupport.co.nz)

Io me telefoni ki te [0800 4 NEIGHBOURS](tel:08004NEIGHBOURS)

[Police Liaison Officers \(Ofisa galue Pulisimani i vaasia ki tua atu\)](#)

[Iwi Liaison Officers](#)
E fai ne latou tiute taaua i te fakatokaga o fakalavelave tau tuu kae e galue foki o faka'lei a vaasia o Pulisimani mo tino Māori.

[Ethnic and Pacific Liaison Officers](#)
Galue i loto i komiuniti i loto i te atufenua, a latou e fakalogo ki otou faitioga kae galue foki o faka'lei tulaga o te saogalemu i loto i otou komiuniti.

[Diversity Liaison Officers](#)
E aumai ne latou te galue fakatasi o Pulisimani mo tino i loto i te 'tou komiuniti kola e ola fakatauavaga i vaasia o te tagata mo te tagata, fafine mo te fafine, fafine io me ko te tagata, e pina, tino e masino tonu me se tagata io me se fafine, mo latou e 'kese mai tino masani.

O sokotaki ki te [Liaison Officer i tou fakai, fano ki te police.govt.nz/contact-us/local-contacts](https://www.police.govt.nz/contact-us/local-contacts)