

Faito'o lanu mata
GREEN
PRESCRIPTION

Faka fonu e koe
pea ko kita
0800 ACTIVE
0800 228 483

**Koe polokalama faka mo'ui
lelei oku ta'e totongi**



Faito'o lanu mata

Faito'o ki he mo'ui lelei i Okalani, ki he toko taha katoa pe ta'u 18 ki 'olunga. Kapau ke fie ma'u ha tokoni keke lava o fakamalohi sino, moe kai lelei 'oku iai emau kau toketa me'a kai tenau lava o tokoni atu.

Oku mau oatu:

- Oku iai e toko taha e ngaue mo koe keke lava o tauhi ho'o mo'ui lelei moe kai faka mo'ui lelei.
- Oku iai ae u polokalama faka malohi sino ta'e totongi e oatu keke kau ai moe faka ha atu e me'a kai oku kau lelei ki ho sino mo mo'ui lelei.
- Oku iai moe u palokalama he intaneti kapau te ke fie kau ai o sio i ho'o lotofale.
- Oku iai e u polokalama oku fai he uikeni moe po'uli.
- Te mau txt ma'u pe atu
- Te mau tokoni atu o fetu'u taki ma'u pe kamoutolu

Auckland Council
Te Kaunhera o Tamaki Makaurau

SPORT
AUCKLAND

Faito'o lanu mata
GREEN
PRESCRIPTION

Faka fonu e koe
pea ko kita
0800 ACTIVE
0800 228 483



“Koe polokalama koeni na’e mahu’inga aupito ka au he eku feinga keu faka holo, moe kau lelei ki eku fakakaukau loto mamahi he lolotonga eku fu’u sino, na’e nau tokoni mai ka au keu faka holo lelei mo mo’ui fiefia.”

“Kuou fiefia na’e tala mai eku toketa ae polokalama lanu mata. Koeni kuou kei fakamalohi sino ma’u pe kuou mo’ui lelei.”

“Oku hange e polokalama koeni o ako’i au keu kai e me’a kai lelei oku sai ki hoku sino.”

“Kuou sa’ia he polokalama he intaneti teu sio ma’u pe mo fakamalohi sino ma’u pe.”

“I love the diversity in the group, we are all different cultures, shapes and sizes”

Teke Lava ‘o kau mai? io

- Ta’u taha valu ki ‘olunga
- Ke fie ma’u ke fetongi ho’o mo’ui ke lelei
- Kapau oku iai ho’o mahaki faka sino
- Pea oku ke ongo’i a’usia ho atamai pea koe mahaki faka atamai

Kapa ke fie kau pea ke eke ki ho’o toketa, oku iai e QR code pea teke fetu’u taki mai he fika koeni 0800228483



www.sportauckland.co.nz (09) 623 7900 | (021) 413 462