

# Ko ho'o totonu ke fakahuhu ho'o pēpe

**'Oku ta'efakalao ke fai ha to'onga filifili manako kiate koe kapau 'oku ke fiefakahuhu ho'o pēpe'**

Kapau 'oku fai atu 'e ha taha ha ngaahi 'ulungaanga fakafilifili manako tupunga mei ha'o fakahuhu ho'o pēpe' pe tatau ha hu'a huhu ma ho'o pēpe', 'oku kau 'eni 'i he ngaahi founa ta'efaka lao (tatau mo e lao filifili manako ko e 'uhi ko ha tangata pe fefine 'aia 'oku ha 'I he Lao ki he Totonu 'a e Tangata).

Ko e lao ki he totonu 'a e tangata 'oku ne pehe, 'e 'ikai ke fakalao ki ha taha ke ne ta'ofi koe mei he fakahuhu ho'o pēpe' 'i he falengaue, feitu'u fai'anga ako, ngaahi me'alele 'oku ngaue 'aki 'e he kakai, 'i he ngaahi ngaue fakapule'anga, ngaahi fietu'u fakapule'anga, ngaahi fale kai pe fale koloa. 'Oku to e 'asi foki 'i he lao ki he totonu 'a e tangata 'a e ngaahi lisi 'o e ngaahi feitu'u fakapule'anga 'oku ngofua ke ke fakahuhu ai mo tatau ha hu'a huhu ho'o pēpe'.

**KO E NGAHI FAKATATA 'ENI 'O HA NGAHI FOUNA FEKAU'AKI MOE 'ULUNGAANGA FILIFILI MANAKO**

## Talanoa 1:

"Na'a mau o 'o kai 'i ha falekai mo hoku ngaahi kaungame'a pea tangi fiekaia 'eku pēpe'. Na'a ku kamata ke fakahuhu 'eku pēpe' pea moe ha'u 'a e pule 'oe fale kai 'o ne talamai keu 'alu 'o fakahuhu 'eku pēpe' 'i he fale malolo 'o e kakai fefine. Na'a ku ongo'i maa .... mo 'ita."

**'Oku 'ikai ngofua fakalao ke ta'ofi ha fa'e mei he 'ene fakahuhu 'ene pēpe' 'i he fale ngaue**

'Oku 'i ai ho'o totonu ke ke fakahuhu pe tatau hu'a huhu ma ho'o pēpe' 'i he ngaue. 'Oku tonu k e ke talanoa mo e pule ke kumi ha founa lelei ke ke lava ai 'o fai ho'o ngaue pea ke lava ia pe mo ha taimi ke ke tatau ai ha hu'a huhu pe fakahuhu ho'o pēpe'. Fakatokanga'I ange 'oku 'ikai ke ai ha lao 'i Nu'u Sila ni ke ne pehe ke totongi 'e he pule koe 'i he taimi malolo ke fakahuhu ai ho'o pēpe' ka 'i he tohi founa ngaue 'a e kakai 'i tu'apule'anga 'oku ne pehe ai 'oku totonu ke totongi 'e he pule 'a e taimi malolo 'oku to'o 'e he fa'e ke fakahuhu ai e pēpe'.

**KO E NGAHI FAKATATA 'ENI 'O HA NGAHI FOUNA FEKAU'AKI MOE 'ULUNGAANGA FILIFILI MANAKO**

## Talanoa 2:

"I he 'osi 'eku fa'ele na'a ku foki atu ai ki he 'eku ngaue 'i he Supamaketi, 'I he taimi ko 'eni na'a ku kei fakahuhu pe 'eku pēpe' he na'e kei mahina pe 'e 3. Na'a ku kole ange ki he 'eku pule ke tuku mai ha taimi malolo miniti 'e 15 ke tatau ai ha hu'a huhu ma 'eku pēpe'. Na'a ne talamai 'e 'ikai ke ngofua 'eni koe'uhi 'e 'ikai ke lava 'o fakalele lelei ha Supamaketi kapau 'oku lahi 'a e kole taimi malolo 'a e kau ngaue."

## KO E HA ME'A TE E FAI KAPAU 'OKU FAI ATU HA FILIFILI MANAKO KIA TE KOE

- Tohi 'a e taimi, feitu'u moe hingoa 'o e toko taha 'oku ne fai atu 'a e 'ulungaanga filifili manako atu kiate koe tupunga mei ho'o fakahuhu pe tatau hu'a huhu
- Talanoa ki ha taha falala'anga ke tokoni atu kiate koe 'i he me'a 'oku totonu ke ke fai
- Fakahaa'i ho'o totonu ke fakahuhu ho'o pēpe' mo tatau ho hu'a huhu
- Kapau 'oku hoko 'i ho fale ngaue, talanoa ki ho'o pule pe toko taha mei he tafa'aki 'oku nau tokanga'i 'a e kau ngaue, fakafofonga mei he 'iunioni pe ko ha toko taha pe 'e ala tokoni ke solova ho'o palopalema. Fokotu'u ha ngaahi founa ki ho'o pule 'e ala tokoni ai ke ke fakakakto ho'o ngaue pea mo fakahuhu ho'o pēpe' he taimi tatau
- Lau 'a e tohi 'a e Potungaue Leipa 'oku ne 'atu ai 'a e ngaahi fale'i ki he kau pule pe taki ngaue. Te ke ala ma'u ha tatau mei he [www.ers.dol.govt.nz](http://www.ers.dol.govt.nz) pe ko ho'o telefoni hake ki he 0800 800 863.
- Fetu'utaki ki he Komisoni 'oku nau tokanga'i 'a e totonu 'a e tangata ke nau 'oatu ha ngaahi fakamatala fekau'aki mo ho'o ngaahi totonu pea mo fai ai ha'o launga fekau'aki mo e 'ulungaanga filifili manako na'e fai kia te koe:

Human Rights Commission Infoline:  
0800 4 YOUR RIGHTS (0800 496 877)

[Infoline@hrc.co.nz](mailto:Infoline@hrc.co.nz)

TTY (teletypewriter) 0800 150 111

Or visit [www.hrc.con.nz](http://www.hrc.con.nz)

## KOMISONI KI HE TOTONU 'A E TANGATA

Kapau te ke fie fai ha'o launga fekau'aki moe 'ulungaanga filifili manako kiate koe ki he Komisoni ki he totonu 'a e tangata, 'e lava ke ke ma'u ha ngaahi tokoni ta'e totongi 'o kau ai:

- Ngaahi tokoni ke ke lava pe 'o solova ho'o palopalema
- Ngaahi fakamatala fekau'aki mo ho'o ngaahi totonu
- Ngaahi founa tokoni mei he ngaahi tafa'aki kehekehe pe
- Tokotaha ke tokoni - 'o kau ai 'a e fa'u 'o e ngaahi tohi, telefoni pe ngaahi fakataha

Ko e tokoni ko'eni te ne ala solova 'a e palopalema 'o hange ko 'eni, ko e tokotaha 'oku ne fai e 'ulungaanga filifili manako kia te koe te ne:

- Kole fakamolemole
- 'Ikai te ne toe fai e 'ulungaanga ko 'eni ki ha kakai 'oku nua fie fakahuhu 'enau pēpe' 'i he kaha'u
- Fakakakato ha ngaahi ako pe polokalama fekau'aki mo e 'ulungaanga ni
- 'E 'i ai ha founa te ne lava ke totongi fakafoki atu ho'o mamahi mo ho'o ngaahi fakamole
- 'Oatu ha tohi fakaongoongo lelei
- Fokotu'utu'u ha ngaahi founa ngaue ke tokoni ki he fakahuhu 'o e pēpe' 'i he fale ngaue

Ka fiema'u ha ngaahi fakamatala, vakai ki he ngaahi tohi mei he Komisoni ki he totonu 'a e tangata '[The Right to Breastfeed](#)', '[Your Rights as a Pregnant Worker](#)' teapea mo e '[Fact Sheet 2: What is the Process for Dealing with Disputes?](#)'

**Faka'ika'i fakalao e ngaahi fakamatala:** Neongo 'oku mau feinga ke 'oatu 'a e ngaahi fakamatala kakato pea mo fakalao fekau'aki moe ngaahi me'a ni, 'e 'ikai t eke lava 'o pehe ko e lao totonu 'eni. Katakai 'o fetu'utaki ki ho'o loea kapau te ke fiema'u ha ngaahi tokoni fakalao.