**Mōhiohio Tautoko Oranga me te Puka Whakaaetanga**

E pā ana tēnei tuhinga ki te tautoko oranga e whakaratohia ana e te Ratonga Wheako Mōrehu. Ka āwhina pea te tautoko oranga i a koe ki te puta ake, ki te rongo hoki i te haumaru, i te āhuru i a koe e whai wāhi ana ki te ratonga. Kei roto pea ko:

* Te Tohuora – ko te tohuora ko te kōrero tahi ki tētahi tangata kua whakangungutia (ki tētahi kaitohuora) mō ngā take e pā ana ki a koe. Ka āwhina pea i a koe ki te rapu i ngā ara kia puta, kia mahu i ō wheako.
* Te Mirimiri – he ōrite te mirimiri ki te romiromi. He rongoā Māori tēnei. I roto nei ko ngā āhuatanga o te taha wairua.
* Ko ētahi atu mea ka āwhina i a koe ki te puta, ki te rongo i te haumaru, i te āhuru hoki.

Mēnā e pāngia ana koe e tētahi hauātanga ako, mēnā he pūio huhua koe, mēnā rānei kei a koe te waimaero hirikapo rānei, ka taea e tā mātou ratonga oranga motuhake te āwhina i a koe ki te kōwhiri i te tautoko oranga e tika ana mōu.

E pā ana te wāhanga tuatahi o tēnei puka ki te tautoko oranga e whakaratohia ana e mātou. Ka whakamāramahia e te wāhanga tuarua o tēnei tuhinga me aha koe ki te hiahia koe ki te whakamahi i te ratonga tautoko oranga.

**Wāhanga 1 – Ngā ratonga tautoko oranga**

He aha te take ka whakarato mātou i te tautoko oranga?

Mēnā ka whai wāhi koe ki te Ratonga Wheako Mōrehu, ka tuari koe i tō wheako o te tūkinotanga i te wā tiaki. He taumaha pea tēnei. Mā konei ka rongo pea koe i ngā kare-ā-roto kaha. Ka ora pea koe nā te mea kua rangona koe. Ka poho kererū, ka whakamāmāhia rānei pea koe. Ka riri, ka pōuri pea koe, ka rongo rānei i ētahi atu kare-ā-roto. E hiahia ana mātou ki te whakarite kua pai koe, ā, ka rongo koe i te haumaru, i te āhuru hoki i a koe e whai wāhi mai ana ki te ratonga.

Ka taea e mātou te whakarato i te tautoko oranga utukore i a koe e whai wāhi mai ana ki te ratonga. I te nuinga o te wā ka tukuna ngā wāhanga 4-6 o te tautoko oranga. Ka whakapau kaha hoki mātou hei āwhina i a koe ki te rapu i te tautoko oranga wā-roa mēnā e hiahiatia ana e koe.

Ki te āwangawanga koe mō tō hauora ā-hinengaro, whakapā atu ki tō rata arowhānui (tākuta ā-whānau), ki tō ratonga hauora ā-hinengaro rānei. Mēnā e mōrearea ana koe, tētahi atu rānei, whakapā atu ki ngā pirihimana ki 111.

He aha ngā āhuatanga ka pā?

Ki te whakatau koe ki te whakamahi i tā mātou tautoko oranga, ka pā ēnei āhuatanga:

* Ka taea e mātou te mahi tahi ki a koe hei rapu i te ratonga oranga tika hei whakatutuki i ō hiahia.
* Ka taea e mātou te hoatu i ō taipitopito whakapā ki te ratonga oranga, tērā rānei ka taea e koe te kōwhiri kia whakapā atu koe ki a rātou. Ka kōrero mātou ki a rātou mō ō matea tautoko tāpiri.
* Ka whakarite te ratonga oranga i tētahi wā ki te hui tahi ki a koe. Tērā pea he hui kanohi ki te kanohi tēnei, mā te hui ataata, mā te waea rānei.
* Ka whakaritea he mahere e te ratonga oranga tahi ki a koe mō ngā āhuatanga ka pā i roto i ō wāhanga. Ki te hiahia koe ki te tautoko tāpiri (mō te whakawhitinga, mō te mārama, mō te arotahi, mō te maumahara rānei) ka āwhina rātou ki te whakarite i tēnei. Ka āwhina hoki rātou ki te whakarite i te ikiiki, mēnā e hiahiatia ana tēnei.
* Ka whai te ratonga oranga i tō mahere.
* Ka taea e koe te kihirua, te kati rānei i te whakamahi i te ratonga tautoko oranga i ngā wā katoa.
* Ka whakapā atu te ratonga oranga ki te Ratonga Wheako Mōrehu mēnā:
* Kāore i te pai mōu te haere tonu
* Tē taea e rātou te whakapā atu ki a koe
* Kāore koe e tae atu ki ngā wāhanga.

Te Matatapu

* Ka matatapu ō mōhiohio katoa, me ō kōrero katoa.
* Me mātua tuari te ratonga tautoko oranga i ō mōhiohio matatapu mēnā:
* Ka kōrero koe ki a rātou mō tētahi tūraru nui ki a koe, ki tētahi atu rānei. Ki te pēnei ka kōrero atu te ratonga ki ngā pirihimana, ki tētahi ratonga hauora ā-hinengaro rānei. Ka tuari anake te ratonga i te mōhiohio e hiahiatia ana.
* Ka kōrero atu koe e whai wāhi ana koe, e whakamahere ana koe rānei, i ngā taihara nui. Ki te pēnei, ka whakamōhio atu te ratonga ki ngā pirihimana. Ka tuari te ratonga tautoko oranga i ngā mōhiohio waiwai anake.
* Ka tohu te kōti i te ratonga kia hoatu te mōhiohio ki a rātou. Ka tuari te ratonga tautoko oranga i ngā mōhiohio waiwai anake.

**Wāhanga 2 – Whakaaetanga kia whai wāhi ki tētahi ratonga tautoko oranga**

Ki te mārama koe ki te mōhiohio o tēnei tuhinga, ā, kei te hiahia koe ki te whakamahi i tētahi ratonga tautoko oranga, whakamōhiotia mai ki a mātou, tohua rānei te pouaka i te puka.

Ki te hiahia koe ki te whakamahi i te ratonga tautoko oranga, me whai mōhio mātou ki ētahi mōhiohio mōu. Ka taea e koe te kōrero mai i taua mōhiohio mā te whakakī i tēnei puka me te whakahoki mai ki a mātou mā te pōhi, mā te īmēra rānei, mā te waea mai ki a mātou, mā te īmēra mai rānei i tētahi ataata, i tētahi karere ā-oro i roto nā ngā mōhiohio katoa me mōhio e mātou. Kei te pito o tēnei tuhinga ā mātou taipitopito whakapā.

Tēnā kōrero mai:

* Tō ingoa katoa:
* Tō rā whānau:
* Tō wāhi noho:
* Te momo tautoko oranga e hiahia ana koe ki te whakamahi (hei tauira, te tohuora, te mirimiri, kāore i te mōhio, tētahi atu):
* Ngā mariu ake, ngā hiahia ake rānei mō tō tautoko oranga. Kei roto pea i tēnei ko ngā āhuatanga pērā i te ira o te tangata, i te wāhi, i ngā here tomopai rānei:
* Ngā momo tautoko oranga kua whai hua mōu i mua atu (mēnā kua pēnei):
* Ngā momo tautoko oranga kāore i whai hua mōu i mua atu (mēnā kua pēnei):
* Te whakatau take e tautokona ana – mēnā e hāngai ana, kōrero mai ki a mātou mō te tautoko kua riro i a koe i āwhina kia mārama koe ki tēnei mōhiohio, kia kōwhiri rānei koe ki te whakamahi i te ratonga tautoko oranga:
* Ngā matea tautoko – e pai ana kia whakamōhio atu mātou ki te ratonga tautoko oranga mēnā e pāngia ana koe e tētahi hauātanga, mēnā he matea tautoko tāpiri ōu? He mea āwhina tēnei kia pai ai tā rātou tautoko i a koe. Āe/Kāo

Whakamōhiotia mai ko tēhea te ratonga tautoko oranga e hiahia ana koe ki te whakamahi. Mēnā e whakakī ana koe i te puka, tēnā tuhia he porowhita ki tō kōwhiringa:

* Tautoko Mai. Ka tūhono a Tautoko Mai i a koe ki tētahi kaiwhakarato oranga i tō rohe e āhei ana ki te whakatutuki i ō hiahia.
* Personal Advocacy and Safeguarding Adults Trust. Ko tā rātou mahi whāiti ko te tautoko i ngā tāngata kei a rātou he hauātanga ako, te kanorau ā-roro, me ngā tahumaero ā-hinengaro.
* Kei te hiahia au ki te whakamahi i tētahi kaiwhakarato oranga nāku i kōwhiri. Tēnā kōrero mai i te ingoa o te ratonga, i te momo tautoko e whakaratoa ana e rātou, me ā rātou taipitopito whakapā:

Ki te whakakī koe i te puka, tēnā tāpirihia tō waitohu i raro nei me te rā i whakakīia tēnei e koe:

* Waitohu:
* Rā:

**Me pēhea e whakapā mai ki a mātou**

Ka taea e koe te whakapā mai ki a mātou mā ēnei ara:

* Waea 0800 456 090. Kei Ahitereiria ko te nama waea ko 1800 456 032. Ko ngā hāora o te nama waea ko te 8:30 i te ata ki te 4:30 i te ahiahi i te wā o Aotearoa.
* Pātuhi 8328
* Īmēra [contact@survivorexperiences.govt.nz](mailto:contact@survivorexperiences.govt.nz)
* Ka taea e koe te tuhi mai ki a mātou ki Survivor Experiences Service | Ratonga Wheako Mōrehu, PO Box 805, Wellington 6140
* Mēnā he turi koe, he uaua te rongo, he turi-kāpō, he waimaero ā-reo tōu, he uaua rānei ki a koe te kōrero, ka taea e koe te whakamahi i te New Zealand Relay Service. [www.nzrelay.co.nz](http://www.nzrelay.co.nz)