

He Pūoho



Tūroro Whaiaro Bupa



He rerekē tā mātou ratonga pūoho. He ngāwari te tere whakarite i te waka tūroro mōu, engari kei te mōhio nei koe, he haurua anake o ā mātou kiritaki e pirangi ana i te waka tūroro.

I ētahi wā, ko te whānau, ko te hoa, ko te kiritata kē tā te kiritaki e hiahia nei. Kei a ia te tikanga – waka tūroro rānei, he āwhina kē rānei – ko tā mātou he tuku kupu tautoko, he manaaki.

Ph: 0800 60 80 99

www.bupa.co.nz

Mō rātou e noho takitahi ana, āe, mā te pere-mōrearea e tuku āwhina tākuta ai; hei tāpiri atu ka tuku āwhina mo ngā raruraru kē atu – tēnā pea, ko te pirihihana, te ratonga patu ahi rānei, te mea tika.

Ka raru ana koe ki te kāinga, ko tā mātou he tuku i te kaitiaki e tika ana. Ka kimihia e mātou te āwhina tika ā, ka noho hei taringa whakarongo mōu tae noa ki te taenga atu o tētahi ki te whakatau i a koe.

“ Kua mutu taku mokemoke ”

- Mere

I hinga a Mere; i mōhio tonu ia me āwhina tētahi i a ia ki te tū engari hei aha te waka tūroro. I pēhia e ia tana pātene Bupa, ka tonoa mātou ki te whakapā atu ki tōna kiritata ki te āwhina i a ia. I noho mātou hei taringa whakarongo mōna tae noa ki te taetanga atu o tōna kiritata.

Te āwhina i ngā kaipoipoi ki te whakaoti i ā rātou mahi.

Mō rātou e herea ana ki te whare nā te mea karekau tētahi ki te tiaki i te tūroro, he uaua te whakatutuki i ngā mahi “maramara o waho” i te mea ka waiho ko te tūroro anake ki te kāinga. Mā o mātou pūoho tēnei uauatanga e hiki.

“I mua mai, ko au tērā e āwangawanga nei nā te mea me hoki wawe mai au i te toa kai i mua i te paunga o te 20 meneti nā te mea mēnā i tae tōmuri au ka pōnānā a Hēmi. Ināianei ka pēhi ia i te pātene Bupa, ka waea tētahi o o kaimahi māhaki ki te whakatau i a ia, ka whakapā-ā-waea mai hoki te kaimahi ki ahau. Kātahi ia ka whakamōhio atu ki a Hēmi e pēhea te roa i mua i taku hokitanga atu ki te kāinga. He pērā ki ngā ringaringa tautoko – anō hoki, e kore ia e matakū, e pukuriri rānei a tōku taetanga atu ki te kāinga!” hei tā Ani.



He pūoho motuhake

Kaua mā te pehi pātene anake e oho ai ā mātou pūoho. He huarahi kē atu kia hāngai tika ai te tukanga whakaoho ki tēnā, ki tēnā – ahakoa te raru, ka whakautu mātou i te karanga.

He pūoko, he pūoho hoki wā mātou ki te tautoko i a rātou e

- Pāngia ana ki te mate hūkiki
- Pāngia ana ki te mate hinengaro
- Hingahinga haere ana
- Tiakina ana i te pō
- Kore e korikori ana

ka taea hoki e mātou te whakahāngai i te pūoko ki tāu e hiahia. Ka tiroirohia auauhia ēnei e Bupa.

Anō hoki, ka taea e mātou te

- Tuku karere whakamaumahara mō ngā take hauora
- Whakarite pūoho motuhake mō rātou e kore e āhei ki te pēhi pātene
- Whakarite pouaka motuhake mō ngā kī kia taea e te hunga āwhina te uru atu ki tō whare mēnā ka pāngia ki te raru.

Ko wai a Bupa?

I Aotearoa nei, mā Bupa e whakatutuki ngā take huhua – he pūoho, he kāinga mo te hunga ritaia, he kāinga kaumātua, he manaakitanga i rō hōhipera hoki.

He kamupene tūturu nō Aotearoa a Bupa Care Services, he tuku ihotanga nō te kamupene ao-whānui o Bupa. Karekau wā mātou kaiwhaipānga. Ko tā mātou tino kaupapa he tiaki i ā mātou kiritaki; ka whakahokia ngā hua pūtea ki te rangahau i ngā ara hou kia pai ake ai te mahi.

Ahakoā kei hea, kei reira mātou

He Mātanga Hauora Kaitoro wā mātou ki te peka atu ki te kōrero ki a koe, ahakoā ki hea i Aotearoa nei, puihi rānei, takiwā taratahi rānei, ka taea.

He kore utu pea tō pūoho

I te nuinga o ngā wā mā te kāwanatanga tō pūoho Bupa e utu. Kei taea e mātou te āwhina i a koe ki te whakakī i te tono mō tēnei pūtea.

0800 60 80 99
www.bupa.co.nz

