

# Mai le Moega pepe i le Moega



rednose.org.au

red  
nose  
saving little lives

O afea e sifi ese ai lau tama mai le moega pepe?

I Ausetalia ua faatupulaia le fuainumera o pepe ma tamaiti laiti ua afaina i manu'aga mai le pa'u'u i lalo mai moega pepe ma moega. O le mea lea e mafua mai i le lē iloa lelei o le taimi talafeagai e sifi ese ai se tamaitiiti laitiiti mai le moega pepe, po o se pepe po o se tamaitiiti laitiiti ua vave ona tuu e moe i le moega o se tagata matua.

O afea e sifi ese ai lau tamaitiiti mai le moega pepe?

O le nofoaga e sili atu le saogalemu e moe ai se pepe o totonu lea o se moega pepe e mulimulitaia aiaiga o i ai nei o le Australian Standard ma o loo tuu faatasia lea e faatatau i taiala o le Red Nose mo se siosiomaga saogalemu e moe ai.

Ia 'aue ne'i tuuina i ai ni mea ta'alo i le moega pepe, aluga, aluga e lago ai, mea e teu ai mea ta'alo ma soo se isi lava mea e mafai ona fatufatu i luga e mafai ai e le tamaitiiti ona a'e ese ai mai le moega pepe.

O 'ie mamoe mamafa e lē tatau foi ona i ai i soo se vaega o le moega pepe po o nofoaga faapea e mafai ona oo i ai fanauiti.

Mo mafua'aga saogalemu, pe a tulumata'i se tamaitiiti o taumafai e a'e i fafo mai le moega pepe ma iloa atu ai o le a ia mafaia, o le taimi lea e sifi ese ai i latou mai moega pepe.

O le mea lea e masani ona tulai mai pe a lua tausaga i le tolu ma le afa a e mafai ona vave tele e pei o le 18 masina.

## ! Manatua

'Aue ne'i fa'aaogaina se moega pepe feaveai pe afai e sili atu i le 15 kilo le mamafa o lau tama (pe siaki faatonuga mo le ituaiga o le moega pepe).

## O fea e faamoe ai se tamaitiiti ua sifi ese mai se moega pepe

### Faamalū i luga o le foloa

E tasi se mea e filifili ai o le aveese mai lea o le faamalū mai le moega pepe pe mai se moega ma fa'aaoga e fai ma moega i luga o le foloa.

Ia mautinoa ia faataatia ese le faamalū mai puipui o le fale ona e mafai ona mau ai tamaiti laiti i le va o le faamalū ma puipui o le fale. O le faamalū o le tamaitiiti e tatau ona malū lelei ina ia fo'ia ai mea e tutupu faafuasei pe a momoe.

Ia kilia le nofoaga i autafa o le faamalū mai mea ta'alo, taga e nonofo ai i luga, taga pepa iila po o isi mea e mafai ona taavale atu i ai le tamaitiiti. O mea vaivai e mafai ona milosia faataamilo i foliga o le tamaitiiti, ma i'u ai ina mole.

Ia mautinoa ia faatulaga lelei ina ia faataumamao mai nofoaga e feoa'i ai i totonu o le fale ma fo'ia ai mea e ono tutupu faafuasei ona o se tagata matua po o se tamaitiiti e pa'u i luga o le faamalū o loo i luga o le foloa.

### Moega o le tamaitiiti ua totolo

Another option is to use a toddler bed:

- They are a safe intermediate step due to their low level, which reduces the injury risks from falling out of a bed.
- They are cost effective, as the cot mattress and bedding can be transferred to the toddler bed once the cot is no longer suitable for them.

### Mauluga o le moega o le tagata matua

Afai ua e filifili e fa'aaoga se moega o se tagata matua, ia manatua lelei o tamaiti laiti e tele mea e ono tulai mai ai o manu'a pe a pa'u mai moega pe mau foi i le va o le moega ma le puipui o le fale.

- Ia mautinoa e lē o i ai ni avanoa i le va o le faamalū ma le ulu o le moega e telē atu ma le 55mm. O avanoa e telē atu e mafai ona mau ai le tamaitiiti i le va.
- Ia tausisia le va e pa'u ai ina ia laitiiti ma fa'aaoga mea malū e fola ai po o se faamalū i autafa o le moega ina ia faaitiitia ai le manu'aga mai se pa'u.
- Ia 'aue le tuuina ni mea i le nofoaga e ono mafai ona pa'u i ai le tamaitiiti mai meafale, mea ta'alo ma isi mea malō.

Pā o le moega pepe: afai ua e filifili ina ia fa'apipi'i le pā o le moega pepe feaveai i se moega o se tagata matua ina ia fo'ia ai le pa'u o lau tamaitiiti, ia manatua e mafai ona mau le tamaitiiti pe a lē mau lelei ona fa'apipi'i le pā o le moega. A e lei faamoeina lau tamaitiiti siaki po ua mau lelei pā o le moega pepe i le itu o le faamalū ma ia lei se va i le va o le faamalū ma le pā o le moega. O lea o le a fesoasoani ai ina ia fo'ia ai le se'e o le tino o le tamaitiiti po o le ulu ma mau ai.

O aluga, ie ufi moega vaivai ma mea ta'alo gālemulemu e lē tatau ona faalagolago i le pā o le moega pepe. Sa i ai ni tulaga faapea o le mole o se tamaitiiti i siosiomaga e tumu i mea ta'alo gālemulemu vaivai. E mafai ona mole se tamaitiiti laitiiti pe afai e 'omia ona foliga i mea ia.

Faatali sei lua tausaga le matua o lau pepe ma ua lē o toe moe i le moega pepe po o se moega pepe feaveai ae lei tuuina i ai se aluga e moe ai.

### Fai ia saogalemu lou fale ae lei faia suiga

O se tamaitiiti ua lē o toe moe i se moega pepe ua sa'oloto e fealua i vaega uma o le fale tele. Ae lei oo atu lau tamaitiiti i se moega, siaki le potu o lau tamaitiiti ma le fale atoa mo ni mea e mafai ona tulai mai ai ni faaftauli.

#### Ia mautinoa ia saogalemu le siosiomaga:

- Ia mafaufau faapitoa i mea e mautinoa e tulai mai ai faaftauli e ono i'u ai i le pa'u, malemo, mau ai mea i le ua ma mole ai, mau i se mea e uma ai le ola po o le 'onā.
- Ia tausisia le tuu'ese o ueae, mānoa ma palaka o telefoni feaveai ia 'aue le pa'i i ai tamaiti laiti ne'i mau i le ua o se tamaitiiti.
- Ia faamamao masini faamafanafana fale, masini e ola i le eletise ma palaka ia mamao ese ina ia fo'ia ai le tulai mai o le vevela tele, mū ma sipaka ai.
- Mautinoa o meafale ma TV e faapipi'i i puipui o le fale, ina ia 'aue nei faigofie ona sulu ai.
- Ia mautinoa ia lē mafai ona oo i sitepu ma faamalama.



# Manatua...

## Faamoe ia malu puipuia fanauti:

- ✓ Malu puipuia le moega
- ✓ Malu puipuia le faamalū
- ✓ Malu puipuia 'ie moega
- ✓ Malu puipuia siosiomaga e moe ai i le ao ma le po

### ! Mataala

- Taga momi lapopo'a e nonofo ai, momi lapopo'a ma faamalū 'ea e lē saogalemu mo pepe ma tamaiti laiti e momoe ai.
- Moega fatufatu i luga (bunk) e lē fautuaina mo tamaiti i lalo o le iva (9) tausaga le matutua.
- Afai o fa'aaoga e se tamaitiiti se taga moe ae lē o moe i totonu o le moega pepe ia fa'aeteete! O se tamaitiiti o loo moe i le taga moe ae lē o i totonu o le moega pepe e telē le avanoa e pa'ū ai ma manu'a. E tatau ona matuā vaavaai lelei le tamaitiiti ma aveese le taga moe i le taimi lava e ala ai le tamaitiiti.
- Ia aveese ie mamoe mamafa mai tamaiti laiti ona ne'i oo i ai se manu'aga matu'ia pe uma ai le ola.



### O lenei tusi o faamatalaga sa saunia ina ia manatua ai Ava.

E iloa lelei e le Red Nose le tāua o tulaga faale-aganuu o i latou e ona eleele (Traditional Owners) o loo faapea ona matou galulue ai, ola ma asiasi ai.

Vaega Fauautua o le Moe Saogalemu Red Nose

1300 998 698

(Na o taimi faapisinisi AEST/AEDT)

[education@rednose.org.au](mailto:education@rednose.org.au)

[rednose.org.au/safesleep](http://rednose.org.au/safesleep)

© 2020, 2022 Red Nose Limited. Pulea aiā tatau.  
Mo faafesili i aiā tatau e fai ai ni kopi faafesootai: [education@rednose.org.au](mailto:education@rednose.org.au).



[rednose.org.au](http://rednose.org.au)

**red  
nose**  
saving little lives