

Tararuan kunim

palmscheme.gov.au

Kunim, e bon kamanoa rabwatam man maniaoraki ao buoka teimatoan marurungim. Ngkana iai raraomam ibukin kunim, maroro ma am emburoea ke kawara te taokita.



Kaboa ao aorakin te kun

Tera te kaboa ao aorakin te kun?

- Te kaboa bon te tibutaua n te kun ae e uraura ao man maraki.
- E kona te kaboa ni uarereke (1cm) ke e bubura (5cm ke e raka riki).
- A riki aorakin te kun mani manaoraki, te baekiteria, te ubwaitoi ke te bwangkati.



Aron tukan te kaboa ao aorakin te kun

- Teboki ao tobun baim ni mwaitintai.
- Tai iokinibwaia te taara n tebotebo, te mwariro ni korobuai, te toobu n tebotebo ke kunikai n onea.
- Uaati am taara ao oneam ni mwaitintai.
- Kaitiaki ao kamakunai ikoakin rabwatam ni karokoa ae a mao. Ngkana e aki mamao, maroro ma am emburoea ke te taokita.
- Tobuniko ao tebotebo ni katoa bong ao imwin naba te maono.
- Uaati rabunan am kainiwene, bare n uninga ni mwaitintai, e moa riki n tain te kabuebue.



Kanikinaa aika ko na riai n tatarai

- Te uraura, te tibutaua ao marakin te tibutaua iaon te kun
- Te buri ke te nakonran man te kun
- Namakinan te kabuebue ke te angi n aoraki

Aorakin te kun riki tabeua

Te mwakoro, te nananga ao te nou

- Mwakoroua ao nananga:
 - Teboka te ikoaki n te ran.
 - Kaitiakia ni bwain kaitiakan te ikoaki (n aron te Betedine, te Salvon ke te Dettol).
 - Rabunna ni batuana ae e itiaki.
 - Karekea te buoka ni kuakua ngkana e nano te ikoaki ke e teimatoa n raraa.





- Te nou:
 - Tai kabura ranin te nou.
 - Rabuna te nou ni batuana ae e itiaki ao e mwau.
 - Ngkana e nakoran te nou, tebokia n te ran ao kabiria ni bwain kaitiakan te ikoaki.

Te ring

- Tukana: Bwaina te bwara, kunikai aika a rabuna kunim ao kabiriko ni kabiran tukan te ring ae te SPF 50+. Teimatoa n tiku n te tabo ae e nuu ngkana ko kona.
- Bwain aorakiana: Katokaa te taara ae e mwaitoro iaona ao kabiria n te aloe vera. Kabatia te ran n nimma. Karekea te buoka ni kuakua ngkana e rang kakaiaki te ring, iai nounna, ke ko angi n aoraki.

Te tenaaki n te maniman

- Tukana: Kabongana kabiran te kun ibukin tukan te maniman, bwaina te kabaraki ae bai-mwarai ao te kawaerake mwarai.
- Bwain aorakiana: Katokaa te bwai ae e mwaitoro/te aiti iaon mwin te tena. Ngkana e ngongo, nakon te kemiti ao tuatua kabirana. Aaki kona ni kabonganaki tabeua bwain aoraki n tain te buti n te kawai ke kabutan mitiin ni mwakuri. Karekea te buoka ni kuakua ngkana e tibu ubum ke buam ke ko aki kona n ikeike.

Te bue ae e aki korakora

- Bwain aorakiana: Katiia te ran ae e mwaitoro nako aon te bue inanon 20 te miniti. Rabunna ni batuana ke te kunikai ae e na aaki nim. Tai katokaa te aiti ke te kabira iaon te bue. Karekea te buoka ni kuakua ngkana e bubura riki nakon te 20 n tianti, ke ngkana e bue ubum, baim, waem ke am buakaka.



Karekea te ibuobuoki

Ngkana iai am titiraki ke ko kainnanao buokam, butia:

- te tia tara maurim ke te aobitia n te first aid
- am emburoea iaan te PALM tikiim
- am aobitia ibukin marurungim ao maurim
- ana rain n tiweti n ibuobuoki te PALM tikiim: **1800 51 51 31** (e uki man 8:30am - 6:30pm AEST) ke imeeri nakon: (palm@dewr.gov.au)
- am kambwana ni intuarenti ibukin maurim.