

RUTINA

Te tātou me'e aña pauro te mahana

TE HAUHA'A OTE ME'E AN'A O TE' NA POKI PAURŌ TE MAHANA



Orientaciones de apoyo para la familia

¿He aha te me'e, he aña ko tū aña'ā paurō te mahana, i te hora e tahi?

He aña ko tū aña'ā, 'o tu'u pē tū aña'ā, 'i tū hora 'ā paurō te mahana.

¿O te aha i ai ai, he roa hauha'a mo haka tika i te me'e mo aña mo te poki, i tu hora paurō te mahana?

Me'e hauha'a i te hora nei o te ma'i i te Ao ta'ato'a, mo haka mahani i te poki, i te hora mo aña paurō te mahana. Hai rave'a nei:

- He ha'amata te poki he anji-anji koro'iti nō, mo haka tere i te me'e ngaro'a e tō'ona kuhane, e ko matakū i te rauhuru me'e hahine ki a ia, i tō'ona kona noho.
- He ai haumarū 'i roto i a ia, mo haka topa i tō'ona mana'u o ruña i tā'ana me'e haña mo aña. He mana'u rō 'ai i te me'e mo tano 'o mo ta'e tano pē mu'a, 'o i te me'e ka topa era, ki oti te aña ra'e.

- He ngaro'a i tō'ona pūai, mo aña e ia 'ā i tā'ana me'e haña, he rova'a he oho e ia'ā mo haka tere e tahi me'e, ta'e e ai te pā'ari 'i muri i a ia, ta'ato'a nō hora.

iTa'e ko te aña ta'e ku'i-ku'i rahi ena! He haka ai i te hora mo aña e te poki paurō te mahana. Mo haka mahani ki te poki 'e ki te hua'ai, e rahi rō te mahana 'o te 'āva'e. Te riva ka ai at pē ira, he hā'ū'ū ki te poki mo mahani mo aña paurō te mahana i te me'e haña mo tō'ona ora riva-riva. 'E, tako'a he riva mo haka 'ite i te tahi huru o te me'e hauha'a mo aña e ia, paurō te mahana.

¿Pe he'ana ha'amata?

- Ina he tika aña pē hē ana ha'amata, hai huru nō o te poki 'e o te haka tere iña o te hua'ai, 'e hai me'e haña mo 'ite e te poki, ana haka tika pē he ana haka mahani paurō te mahana, ki te rauhuru me'e mo aña e ia. 'E 'ina ko rehu, huru kē huru kē te huru o te nā

1. http://www.crececontigo.gob.cl/wp-content/uploads/2015/11/cartilla_habitos-web.pdf

poki, 'o ira e u'i e haka tano te aŋa ki te huru o te poki.

- **E u'i te me'e ra'e mo 'ite e te poki:** te kai, te haka ora, te haka ma'ita-ki, 'e te kori, e aŋa paurō te mahana 'e e haka mahani mo aŋa i tū hora, he me'e mo aŋa mo te riva-riva o te poki, 'e ko tano mo ta'e aŋa.
- **E u'i te mātahiti o te poki:** 'i te nā 'āva'e ra'e era, e riva nō mo paŋa-ha'a te haka tere iŋa i te poki, 'o te ai e mahani ki te huru o te poki: mo kai, 'e mo mono o te pāhi'i, nā me'e nei te aŋa 'ata rahi. Te rahi o te hora o te mahana, he ha'uru te poki.

Ki nui-nui ki oho mai, he 'ata rava te hora'ara, 'e he ha'amata te haka tano tō'ona hora ki te hua'ai. He haha'o he oho ki roto i te aŋa o te hua'ai, mo reka o'ona i te rauhuru aŋa 'āpī, pa he: hāpa'o i tā'ana tūete, he heriki i te mantere, he hāhatu i te parau horo'i ŋutu, he haka tano-tano kōtini mo viri, 'e te tahi huru o te aŋa.

- Te nā poki e 'ite nei; e u'i e oho ki te nu'u pā'ari 'o 'ata nu-nui ki a rāua o roto i te hua'ai, (matu'a tane, matu'a vāhine, taina, 'e te tahi nu'u), te rahi o te me'e mo 'ite e haka 'atu pē hē e aŋa era e te nu'u pā'ari. Mo take'a e hopu 'ā i te rima ki tu'u mai te kona ho'o kai, he hopu tako'a i te rāua rima.



Ke tika aŋa tano mo hā'ū'ū'ki te poki:

1 Ka vānaŋa 'e ka haka hā'aura'a hai haŋa ki te poki, te aŋa paurō te mahana: "iHe oho tāua i te hora nei he hopu i te rima, 'e i te 'arīŋa, hai vai 'e hai tope", "iHe pāhi'i a au i a koe 'e ki oti he unu koe i ta'a ū!", "iHe haka uru a au i tu'u ha'u, 'e he oho a tāua ki te kona mo haka ora e mo kori!"

He me'e riva-riva mo haka vānaŋa o te poki, mo haka tu'u i te me'e mo aŋa paurō te mahana. **iTe poki ko ai era'ā te aŋi-aŋi i te vānaŋa, ki te kī re'o mai e tahi kupu vānaŋa!**

2 iKa haka 'ite rō 'ai te aŋa o te mahana, 'i te 'ōtea; he aha te aŋa ra'e, e ki oti he aha te rua aŋa. E haka mana'u tako'a, ko aŋa 'ā i te mahana ra'e te nā ena o te rua mahana.

3 Ka aŋa hai kori 'o hai hīmene, he riva nō mo haka tika i te nā poki mo aŋa i te rāua rua aŋa, te hā'aura'a: mo ai he kai, he ra'e ana hopu i te rāua rima, mo ai he hau'uru, he hopu ra'e i te rāua hakari 'e he tata i te rāua niho. Hai nā aŋa nei, he 'āpapa he oho i te rāua hora aŋa e tahi me'e 'e he 'ata here i te nu'u hāpa'o i a rāua.

4 Mo ai o te poki, ko va'ai tahi 'ā te me'e haŋa o tō'ona hakari, e ŋaro'a rō 'ā te here 'e te hāpa'o i a ia, he riva te poki mo rova'a i te aŋi-aŋi o te rauhuru me'e haŋa mo 'ite; tō'ona hakari, tō'ona mārāma-rama, ko tano riva-riva 'ā mo 'ata haka 'ite i te tahi me'e mo aŋa o roto i te hua'i, pa he: e'a mo ho'o mai i te haraoa, mo oho ki te hare o te māmārū'au ararua ko te pāpārū'au, mo e'a mo kori ananake ko te nu'u o muri i tō'ona hare.

E u'i riva-riva te aŋa ana haka aŋa ki te nā poki, e rākei te nā aŋa 'ata paŋaha'a era mo haka aŋa i te pō'ā, mo te ahi-ahi pō te aŋa ta'e paŋaha'a era.

5 E u'i e tahi hora piri o te hua'ai 'i te 'ōtea, mo ai tako'a o te poki a he aŋa 'i roto i te hua'ai, ki ai ai te here 'i roto i a rāua, mo haka 'ite tako'a i te tika aŋa hauha'a o te hua'ai, haka mahani i te rauhuru me'e aŋa mo te rāua ora ma'itaki.

6 Ka haka ai te hora i te 'ōtea, mo kori 'o mo hāpī e tahi me'e ki te poki 'i te hare 'o e e'a ki te tahi kona, te hā'aura'a: he 'a'amu 'o he tai'o e tahi 'a'amu, he kori i te "pū'oko nā'aha-aha", i te kori 'ati piri, he aŋi-aŋi i te kupu vānaŋa 'āpī, 'e te tahi huru o te kori. E riva nō mo haka aŋi-aŋi i te me'e uŋa e te nu'u hāpī mo haka 'ite ki te nā poki.

7 E haka tika i te hora mo piri ki te tahi nu'u. Mo 'ite o 'ou i te hora ha'uru o te nā poki, he riva koe mo u'i i te tahi huru o te kori, ananake ko te tahi nā poki o te hua'ai, ararua ko te kenu, ko te hoa 'o ko te hua'ai.

8 Koro'iti nō ana haka rē ana oho i te poki mo u'i i te tahi aŋa haŋa mo aŋa i te 'otea.

