

O uiga tautamata'u o le agaleaga poo le faatiga i se auala e faafefe pe faaita ai se isi tagata. E mafai ona tupu i soo se mea ma e tele ona ituaiga foliga, pei o le faasalalau o tala pepelo, tuuina i luga ata lē talafeagai, poo le faafefe o se isi.

O le faia o uiga tautamata'u ia te oe e lē o sou sese ma e lē tatau ona tuufauina. Ia manatua e mafai on tupu i soo se tasi ma e lē na o oe. E mafai lava ona e sa'ili atu i se tagata e te faatuatuaina e fesoasoani ia te oe i le mea ua tupu.

O le a la'u mea e tatau ona fai pe a fai mai uiga tautamata'u ia te a'u?

1. **Ia to'afilemu lelei ma mafaufau ae e te le'i faia se mea.** Aua le taumafai e tau ma sui pe alu atu e faafetaia'i le tagata na faamata'uina oe a o e ita - e atili ai ona faalētonu le tulaga o mea. Faamamā lou mafaufau ma faaalu se taimi e faia ai se filifiliga sili ona lelei i le poo ai e te talanoa i ai ma poo ā foi mea e te manao e ta'u i ai.
2. **Ta'u i se tasi e te mau faatuatuaina.** Saili atu i sau uō mamae, se tagata o lou aiga, ta'ita'i o le ekalesia poo se faia'oga mo se fesoasoani ma se fautuaga.
3. Aua ne'i lamatiaina oe i se tulaga ua tuua ai na o oe ma se tasi o loo faafefeina oe pe faia ni uiga ua e lagona ai lou lē saogalemu.
4. **Faailoa mai amioga leaga ma lipoti loa.** O le tele o auunaga i luga o le initaneti e iai a latou faiga faavae e faasā ai le uiga tautamata'u. Afai o faia ni uiga tautamata'u ia te oe i luga o le initaneti, ia lipoti loa i le vaega e ona le auunaga (platform/s) o loo tupu ai. Mo faamatalaga e uiga i le lipotia o uiga tautamata'u i luga o le initaneti i le Facebook, asiasi i le Ofisa mo Fesoasoani [Help Centre](#).

Atonu foi e te mana'o e faitau ta'iala poo [Facebook's Community Standards](#) e te iloa ai poo ā mea e faataga ma mea e lē faatagaina i luga o le auunaga (platform).

E faapefea ona ou fesoasoani i se uō ua faia i ai ni uiga tautamata'u?

1. Faailoa ia i latou e lē o tuua na o latou ma ua e sauni e fesoasoani atu.
2. Faaalu se taimi ma i latou ina ia latou lagona o loo lagolagoina i latou.
3. Faamanatu ia i latou e latou te le'i faia se mea sese ua alagatatau ai ona tutupu ia mea ia i latou, ma e lē tatau lava ona faia e se tasi ni uiga tautamata'u ia i latou.
4. Faamanatu ia i latou afai o faia ni uiga tautamata'u ia i latou i luga o le initaneti, ia lipoti loa i le vaega e ona le auunaga (platform/s) o loo tupu ai. Mo faamatalaga e uiga i le lipotia o uiga tautamata'u i luga o le initaneti i le Facebook, asiasi i le Ofisa mo Fesoasoani [Help Centre](#).
Atonu foi latou te mananao e faitau ta'iala poo [Facebook's Community Standards](#) e latou te iloa ai poo ā mea e faataga ma mea e lē faatagaina i luga o le auunaga (manao).
5. Fautuaina i latou e aua ne'i faaaluina se taimi na o latou ma le tagata o loo faia atu uiga tautamata'u ia i latou.
6. Fesoasoani ia i latou ina ia 'aloese mai le faia o ni amioga pa'a i le tagata o loo fai mai uiga tautamata'u ia i latou, auā e atili ai ona telē le faafitauli.
7. Aua ne'i e faia se tala mo lau uo se'i vaganā ua latou talosagaina oe e te faia faapea.
8. Ia mautinoa e fai ma e siakiina i latou e faaalua ai o loo e manatu atu pea.

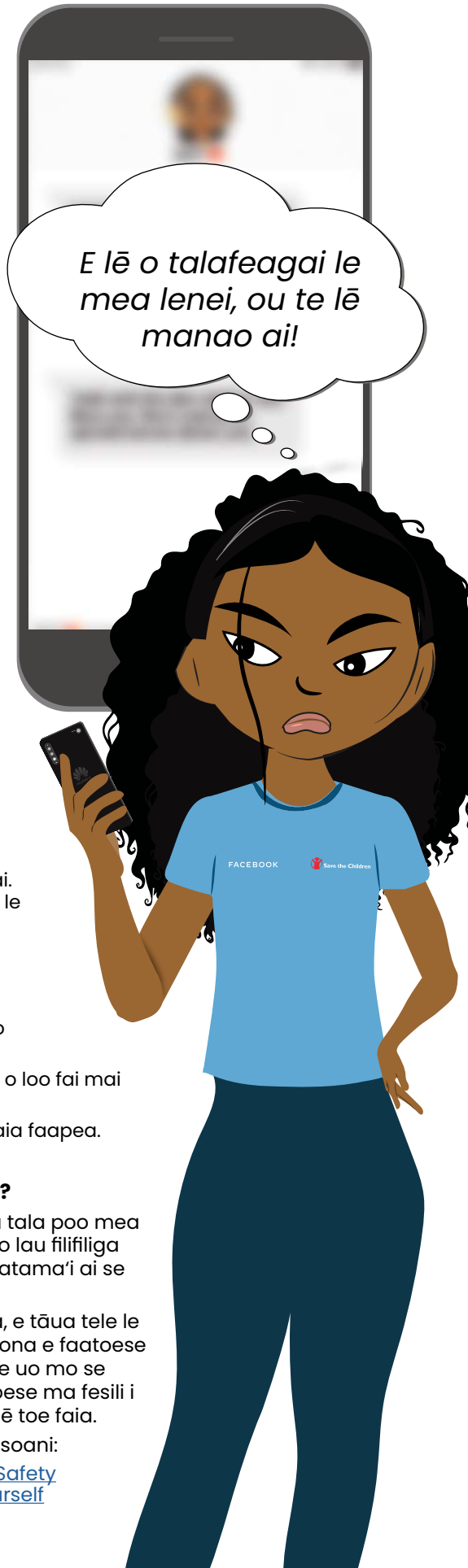
E faapefea pe a fai mai se isi o a'u o se tagata e faia uiga tautamata'u?

E lē taitai ona lelei le faia o uiga tautamata'u i se isi tagata. Tusa lava poo ā tala poo mea na fai e se isi tagata ia te oe, ae o le auala e faaali ai lau amio i lena tagata, o lau filifiliga lava lena. Manatua e lē mafai ona tatou valo'ia i taimi uma se mea e ono to'atama'i ai se tasi, o lea e sili ai ona aua ne'i tuua ai se avanoa.

Afai e te iloa ane o loo tiga se isi ona o se faamatalaga poo se mea na e faia, e tūua tele le faia o se faatoese faamaoni. Afai e te fefe pe lē maua se to'a pe faafefe ona e faatoese pe faaleleia le faia ma se isi, fesili i se tagata matua mau faatuatuaina poo se uo mo se ta'iala. Afai e te lē o mautinoa le mafuaaga na tiga ai au faamatalaga, faatoese ma fesili i le tagata mo se faamaninoga. Faailoa i le tagata o le a e faateete ma e te lē toe faia.

Mo nisi faamatalaga e uiga i le tautamata'u, atonu e aogā mo oe nei fesoasoani:

[facebook.com: Bullying Teens & Safety getsafeonline.org](https://facebook.com/BullyingTeens&Safetygetsafeonline.org): [Protecting Yourself netsafe.org](https://protectingyourselfneta.org): [Bullying & Abuse](https://bullyingandabuse.org)



O fea ou te maua ai se fesoasoani?

FITI

Afai ua lamatia le ola, vili le: 911

Child Helpline Fiji:

24-hour toll-free: 1325

National Domestic Violence:

24-hour toll-free helpline: 1560

Lifeline Fiji:

132 454 / 3630 400 / 9402 541

[@lifelinefiji](#)

Psychiatric Survivors Association:

3319 043 or 9538 667 [@psafiji](#)

Fiji Women's Crisis Center:

Suva: 0331 3300 / 0920 9470

Nadi: 0670 7558 / 0918 2884

Ba: 0667 0466 / 0923 9775

Rakiraki: 0669 4012 / 0912 9790

Labasa: 0881 4609 / 0937 7784

[@FijiWomen](#)

Empower Pacific Counselling Centres:

Lautoka: 0773 0010 Nadi: 0776 0018

Suva: 0778 0015 Labasa: 0776 0017

[@EmpowerPacific](#)

Komisi o le Saogalemu i Luga o le Initaneti

O le Komisi o le Saogalemu i Luga o le Initaneti ([Online Safety Commission](#)) o le ofisa lea o Fiti e gafa ma fautuaga mo amioga saogalemu ma faautauta i luga o le initaneti mo tagatānuu uma o Fiti ma latou tuuina atu se avanoa mo tagata taitoatasi e lipoti ai atugaluga i ni uiga faileagaina i luga o le initaneti. Mo nisi faamatalaga, asiasi i le upega tafailagi a le Komisi o le Saogalemu i Luga o le Initaneti pe vala'au le +679-998-0242.

PAPUA NEW GUINEA

Afai ua lamatia le ola, vili le:

NCD police: 1800 100

Goroka police: 5321 222

Wewak police: 4562 222 / 7103 0345

AROB police: 9739 755 (north)

Morobe police: 7090 3300 (toll free)

Kiunga police: 6491 022

Daru police: 6459 022

ITok Kaunselin Helpim Lain:

7150 8000 [@ITokHelpimLain](#)

Family and Sexual Violence Action Committee:

3211 714 [@FSVAC](#)

TONGA

Afai ua lamatia le ola, vili le 911

Women and Children Crisis Centre:

0800 444 [@tongawccc](#) [@counsellingwccc](#)

National Centre for Women and Children:

26567

[Tonga National Centre for Women and Children](#)

SAMOA

Afai ua lamatia le ola, vili le 911

Fa'ataua Le Ola - Samoa

Lifeline:

800 5433 [@FLOsamoolife](#)

Samoa Victim Support Group:

800 7874 / 27904 / 25392

[@samoavictimsupportgroup](#)