

Auala e faaititia ai le sosolo o faama'i pipisi i le fale



O aiga e to'atele tamaiti laiti e ono mama'i i le tele o taimi. E le mafai e tino o tamaiti laiti ona tete'eina siana e pei ona mafai e tino a tagata matutua. E le'i a'oa'oina fo'i e tamaiti laiti le fufuluina o lima ma isi faiga e fesoasoani e puipuia mai faama'i pipisi. O ni isi faama'i pipisi, e pei o le malulu masani po o le flu, e faigata ona 'alofia. O tamaiti laiti e maua i le 8 e oo atu i le 10 malulu masani i le tausaga. O le masani lea.

E mafai ona e faaititia le sosolo o ni isi faama'i pipisi i lou aiga e ala i le faia o laasaga nei:

- 1 Fufulu ou lima!** O se tasi nei o mea tāuas e mafai ona e faia. E tāua tele le fufuluina o ou lima:
 - ◆ pe a uma ona e faaaogāina le faletaele. E masani ona mana'omia e tamaiti le fesoasoani e manatua ai lenei mea ma e latou te mana'omia le fesoasoani e manatua ai le faiga sa'o.
 - ◆ ae e te le'i kukaina au mea'ai (aemaise 'a'ano o manifasi mata ma moa) ma ae te le'i ai.
 - ◆ pe a mae'a ona e fufuluina le fale.
 - ◆ pe a uma ona e loteina manu, e aofia ai fagafao a lou aiga, po o latou mea'ai, fusi po o feau mamao.
 - ◆ ae e te le'i asiasi pe tausia ni uo po o ni aiga mama'i.
 - ◆ pe a uma ona fogi lou isu, pe mafatua pe tale i ou lima (pe e te fesoasoani i se tamaitiiti e fai lenei mea).
 - ◆ pe a uma ona sui se napekini.
 - ◆ pe a uma ona e faigaluega pe taalo i fafo.
 - ◆ pe a latou foliga palapalā.
 - ◆ e masani lava pe a salalau faama'i pipisi i lou nu'u.

- 2 Mafatua pe tale i se pepa solo po o totonu o lou ofu lima, ae le o lou lima.** A e mafatua i lou lima ona e pa'i atu lea i se mea, e pei o se mimilo o le faitoto'a, e te tu'ua au siana iina mo se isi e pikiina Pe a latou loteina latou mata po o isu i latou lima, e mafai ona aafia i siana i o latou tamatama'ilima.



- 3 Fai se tali fofoga.** I taimi e sosolo lautele ai faama'i pipisi, e mafai e ofisa ole soifua maloloina lautele ona fautuaina ina ia fai e tagata uma e oo i tamaiti, ona fai tali fofoga, po o masks. O le faiga o le ofuina o tali fofoga ua faaalua e faaititia ai le sosolo o faama'i mānava e pei o le COVID-19. E mafai ona a'oa'oina i tamaiti laiti e ta'ilua tausaga le matua ona fai tali fofoga.



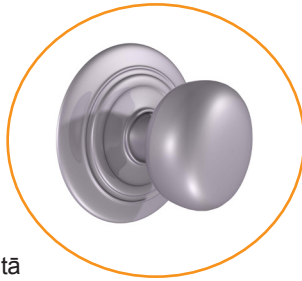
- 4 O luga o meafaitino e tago soo ai tagata** ma se solo microfiber lelei ma se famama mai se vaega lona tolu, po o se third party cleaner. O vai faamamā ia e sili atu le saogalemu. O vai faamamā ua faamaonia e le [Safer Choice](#) a le EPA ma le [Green Seal](#) (taga'i i Faamatalaga lomua) e maua i faleoloa. Su'e le faailoga i luga o le fagu. I totonu o falema'i ua faaalua o le solo microfiber e lelei lona aogā e toeitiiti ona tutusa i le faaaogāina o vaialaau faamamā pe afai e faaaogā faatasi ma vai faamamā, po o sanitizers. O solo microfiber e mitiia siana ma palapala e sili atu nai lo le cotton.

- 5 Faatau solo ua faavasega lanu e fufulu ai lou fale.** Faaaogā le lanu e tasi mo faletaele ma se isi lanu mo le umukuka. O le auala lea e te le fesiita'i ai siana mai le tasi vaega o le fale i le isi. Amata fufulu muamua vaega maualuluga e pei o tapu, po o sinks, ona aga'i lea i vaega maualalo e pei o nofoa mamao, po o toilets. Mulimuli i faatonuga a le fale gaosi oloa mo le tatāina o solo microfiber. O le auala lea e faatumauina ai le lelei o solo microfiber.

- 6 Faaaogā solo microfiber ma se vai faamamā solo-atoa, po o se all-purpose cleaner, ae le o se vaialaau faamamā.** O le tele o vaialaau faamamā e iai vaialaau e āfāina ai le soifua maloloina o lou aiga faapea le si'osi'omaga. O le faaaogāina o solo microfiber lelei faapea se faamamā ua faamaonia e se isi vaega lona tolu, po o se third-party, e faaititia ai faama'i i luga o meafaitino ma e sili atu le saogalemu. Afai o loo iai se faama'i pisia i totonu o lou fale ma e te mana'o e faaaogā pea se vaialaau faamamā, ia faaaogā se vaialaau faamamā e sili atu le saogalemu. E maua se lisi o oloa saogalemu [iinei](#).

7 Faamamā na o meafaitino e tele ona lote i taimi uma,

e pei o 'au o faitoto'a, faalava fasitepu ma paipa o faleta'ele faapea 'au faaalu o faleuila. Ia faamautinoa e te faamamā muamua meafaitino ia. E avea palapala ma mea e faafaigatā ai e vailaau faamamā ona faa'umatia siama. Faaogā vailaau faamamā na o taimi e tatau ai ma e mana'omia ai. Ia faamautinoa e tuu lelei vailaau faamamā i luga o meafaitino i le taimi aofa'i ua faatonu ai ma ta'ua i luga o fagu faamamā pe o le a le faa'umatia ai siama. Afai e te le tuu vailaau faamamā e faasusū i le taimi atoa e ono mafai ona ola ai ni isi siama e mafai ona te'enaina vailaau, ma tumau ma ola ia. O le auala lea e ola ai siama malosī, po o "superbugs".



8 Faaogā se masini fufulu ipu mo le fufuluina o meataalo malō a tamaiti.



9 Ia manatua o ki tusi, po o keyboards, e mafai ona loteina e le to'atele o tagata ma e faigata ona fufulu ma faamamā i vailaau.

Taumafai e faaogā se faavaa silikoni e ufi ai le ki tusi mo le komepiuta a lou aiga. E faigofie atu ona fufulu. E puipuia ai fo'i le ki tusi mai mea e masa'a faafuase'i. O faava'a silikone e mafai ona faafetaui soo se ituaiga ki tusi, ma faava'a mánifinifi e faaogā i soo se ituaiga ki tusi.

10 Aloese mai le faaogāina o momi, po o sponges, i lau umukuka.

Ae faaogā solo microfiber. O momi o nofoaga sili lea e ola ai siama. E palapalā ma susū, maua ai mea'ai ma meainu a siama e ola ai. Afai e te fia mana'o e faaogā momi, faavevela i le masini microwave mo le lua minute i aso uma (ia manatua ona faasusū le momi ma leai se u'amea), pe tuu i totonu o masini fufulu ipu i taimi uma e faaogā ai.

Punaoa

O faalapopotoga lona tolu e faamaonia mea faamamā e sili atu le saogalemu mo tagata ma le si'osi'omaga:

[UL ECOLOGO® Certification](#)

[EPA porokalama o le Design for the Environment Disinfectants Program](#)

[EPA Safer Choice](#)

[Green Seal](#)

O ni isi vaega o loo maua ai ta'iala i le fufuluina saogalemu, faamamā ma vailaau faamama:

O le Ta'iala i le Faamamā Maloloina [a le Environmental Working Group](#)

Vaega a le Women's Voices for the Earth: [Oloa faamamā ma Fua e Fai-e-Oe-Lava](#)

eHow.com [Faapefea ona faamamā se faava'a Silikone mo Ki Tusi](#)

Lisi ua Taliaina i San Francisco: [Oloa ua ausia mana'oga o tulaga Soifua Maloloina ma le Si'osi'omaga i San Francisco](#)

