

E faitauina foi Matua

Fesoasoani i lau tama i le – Fuaina o le umi ma le telé

E a’oina e tamaiti mea pe a taaalo. E mafai ona latou a’oina le umi ma le telé i le faataitai ma sesé a o taaalo i mea pei o poloka, lipine, palapala e fai ai faatusa ma meataalo e fau ai fale.

A o latou taaalo, o le a amata ona maitauina e tamaiti o le lapa ma foliga o mea; e faapefea ona tuufaatasi, e faapefea ona faaputupu, o le umi ma le lautele o mea. E manaomia le faamalosi o tamaiti ia sutesue sailiili ma toe tasui mea ma talanoa i mea nei ua latou faatoa maua ma iloa.

E faapefea ona a’oina e tamaiti ona fuaina le umi ma le telé?

E amata ona atinae le malamalama o le tamaititi i le fuaina o mea e auala i le faatusatusaina o nei mea. O le a latou ‘u’u se poloka ma fai mai e umi leisi ae puupuu leisi. E le umi lava, ae amata loa ona faatusatusa mea e sili atu nai lo le lua.

E mananao tamaiti ia taaalo ma faataitai i le tele o mea ma meafaigaluega e fuaina ai, a o lei o’o atu ina faaaogaina iunite *moni* pei o mita ma senitimita. E mananao e fua le umi o le laulau mo se faataitaiga, e faaaoga ai pine, sipuni poo tusi poo ana o le lima a o lei faaaogaina ia vase.



E faitauina foi Matua

O le a lau mea e mafai ona fai i le fale?

- Faaaoga le palu taalo (dough) e fai ai ni “gata” se lua ae eseese le uumi. Talanoa e uiga i leisi gata e “puupuu” a o leisi gata e “umi.”
- Fai ni gata se lua mai le palu taalo e tutusa le uumi. Faapiopio a’i leisi poo le faataaliolio. Fesili i lau tama, *O le fea gata e pito i umi?*



- Lolomi le ata o le lima poo le vae o lau tama i luga o se pepa malo ma tipi ese mai. Faaaoga laia e fua a’i mea pei o le laulau poo lona moega. Ae e te lei fuaina, faamalosi i lou alo pe fia lima le umi o le moega.
- Faataavale se taavale meataalo i lalo mai se auala malifa ma fua pe fia taavale e umi pei o lea e faaaoga e fua ai le mamao na alu ai le taavale.
- Savali faataamilo i se mea ma tau mai pe fia au sitepu na e savali faataamilo ai.
- Faamau i lalo le tupu a lau tama i luga o se fua pepa mo le maualuga.
- Faatusatusa le uumi o tagata o lo outou aiga ma talanoa poo ai e pito i umi a o ai foi e pito i puupuu.
- Faaaoga se laau e fua ai le va o fatulaau pe a totó.
- Fua le télé o se faatoso e le atoina (patio) poo luga o le laulau e faaaoga ai nusipepa. Faitau pe fia itulau nusipepa sa manaomia e kava uma ai le laulau.

E faitauina foi Matua



- Tusi ni laina fepiopia' i poo le fai o ni ata piopio i manoa ma kelú i se pepa malo. Vali totonu o vaega na ua “tapunia”.
- Fofola se itulau o se nusipepa i le foloa. Faitau pe fia ni tusi e ofi ai i luga o le pepa.
- A afífi meaalofa talanoa i le lapoa o le pepa ma vaai pe lava le lautele ma le umi.
- Talanoa i le lapoa o le ielaulau e kava ai le laulau pe kava ai foi le taavale.
- Vaai i le telé o le mea e kava e le vali i le pepa na e tusi i le apa vali ae lei valiina se mea. Talanoa pe fia ni apa vali o le a e manaomia.
- Ao mai ni pepa malo lanu ma ni atigiapa poo ni tamai kakuni pei o tamai pusa uikipiki ma koni-fekeiki. E mafai e lau tama ona faia se faatusa manaia pe a kelú ni pepa e kava ai kakuni poo tigiapa.