

## Te pāmuraa

### 'Eiaha e rave i te pāmuraa :

- la tupu te **ve'ave'a rahi** : e māhu vitiviti te rāau, e iti mai tō rātou nanonano e, e riro te reira i te faa'ōhie i te hutiraa i te māhu rāau ta'ero na te ihu.
- la tupu te **mata'i rahi** : e haaparare te mata'i i te tao'a ta'ero e aita ato'a te pāmuraa e parare maita'i.
- I te tau **ua** : e faahoro te ua i te tao'a ta'ero i roto i te fenua.
- Hau i te 4h i te mahana hō'ē : e hape te tupu mai ia rohirohi roa 'oe e, e riro te reira i te faatupu 'ōhie i te peeraa rāau.

### Arairaa :

- 'Omono i te **mauihaa pāururaa** : te tāpo'i-mata, te 'ahu porēni, te rimarima e te tiaa.
- Faa'ohipa i te **mauihaa maitata'i** : ia 'ore 'oe e haapa'o i te maitata'i o te maiuhaa pāmu (mama, piri te mau faahorora... ) e riro te reira i te faatupu 'ōhie i te peeraa tao'a. **'Eiaha e tātara i te 'ōrei i tō 'oe vaha.**
- Te **po'ipo'i** roa e i te ahiahi roa.
- la 'ore te ua e te mata'i rahi.



Nō 'oe ihoā, a pāururu ia 'oe !

### I muri i te faa'ohiparaa

- Tāmā maita'i i te maiuhaa pāmu.
- Tāmā maita'i i te rimarima hou a tātara atu ai.
- Horoi maita'i i te tāpo'i-mata, te 'ahu e te tiaa ato'a.
- I te pae hope'a, **horoi mazita'i te rima, te mata e a hopu maita'i i te pape**, rave-'oi'oi-hia e ti'a ai.



## Fiche technique

### Faa'ohiparaa i te rāau tüpohe manumanu e te arairaa i te mau 'ati rau

Färerei mai ia mätou :  
Programme DADP - Développement d'une  
Agriculture Durable dans le Pacifique  
Route de l'hippodrome - Pirae  
BP 100 - Tahiti  
Tel/Fax : 42 35 31

## Faarararaa rahi

Te mau rāau tūpohe manumanu, e mau rāve'a maitata'i ana'e ia no te arairaa i te mau tao'a faa'ino rau (manumanu, ma'i, 'aihere).

Te vai ra rā te mea e riro i te hape noa atu i ni'a i te nātura e faa'ati nei ia tätou. No reira e mea tītauhia ia haapa'o maita'i, ia feruri maite nā mua hou a faa'ohipa atu ai :

1. A ani i te **haamāramaramaraa** i ni'a i te nanonano o te tao'a arai e hinaarohia ra e 'oe e te mea ataata 'ore.
2. A hoo mai i te tao'a e tano noa, 'eiaha e hau roa atu.
3. Ia faa'ohipa 'oe i te mea au noa, e **iti mai tā 'oe haamau'araa** e e iti ato'a mai te 'ino i ni'a i te nātura e i ni'a ihoā rā i te taata.
4. Ia faarahi 'oe i te fāito tao'a e te pinepineraa o te faa'ohiparaa e'ita ia te reira e faahau atu ā i te maita'i, te mea pāpū ra e **haamaraa te reira i tā 'oe haamau'araa**.
5. Na roto i te tauiraa i te maa e faa'apuhia ra e 'oe, e riro te reira 'ei rāve'a maita'i a'e no te arai i te mau tao'a faa'ino rau.
6. E ti'a ia mono i te mau rāau tanu paruparu i mua i te tao'a faa'ino rau i te tahi atu huru rāau tanu.
7. Te vai ra te rāve'a no te mono atu i te mau rāve'a rapaauraa i te tao'a arai, 'ei hi'oraa te vai ra te arairaa i te rāve'a o te nātura iho.

## Te ta'ero o te mau rāau arai

E tao'a ta'ero mau te rahiraa o te mau rāau arai.

### Nāhea ia taa maita'i i te huru ta'ero o teie mau tao'a ?

Ua faa'itehia te mau parau haamāramaramaraa i ni'a i te mau parau rii tei tāpirihia i ni'a i te 'afata aore ra te mohina.

**Ia tai'o-maite-hia te parau rii tāpiri hou a faa'ohipa ai i te tahi tao'a arai, e ti'a ai.**

E 'ite 'oe i ni'a i teie parau rii tāpiri :

- Te i'oa o te tao'a nei,
- Te i'oa e te vähi nohoraa o te taata hämani,
- Te i'oa e te fāito o te mau tao'a 'aro,
- Te mau faanahoraa, te mau fāito, te mau faaarararaa,
- Te huru ataata o te tao'a i ni'a iu te taata e i ni'a i te nātura,
- Te mau faaarararaa i ni'a i te huru faa'ohiparaa e te faaherehereraa.

Faarararaa :

- A faaherehere maita'i i te mau tao'a arai i roto i tö rätou iho mau fārii,
- A tape'a maitata'i noa te parau rii tāpiri.

## Te haapa'oraa i te mau fifi ato'a i te mau taime ato'a

### Te hapu'eraa e te faaherehereraa i te mau rāau tūpohe manumanu

No te faaherehereraa i te mau tao'a ataata nei, mea tītauhia ia haapa'o i te mau faanahoraa i muri nei :

- A hoo e a haaputu i te tao'a e au no te 'ohipa e ravehia ra, 'eiaha e haaputu rahi noa e tau tö rätou e faufaa 'ore te reira ia hope te tau i faataahia.
- A faaherehere noa i te mau tao'a nei i roto i tö rätou ihoā mau fārii.
- A haaputu i te mau tao'a nei i roto i te tahi fare faataahia (aore ra i roto i te tahi 'afata vairaa tauihaa), 'ei vähi haumarü e te mata'i maita'i.
- Täviri roa teie fare aore ra teie 'afata tauihaa ia 'ore te 'ati ia tupu mai.
- A faanaho i te mau mauihaa ia au i tö rätou 'āna'iraa tao'a ataata, ia 'ore te reira ia noaa i te tamariii.
- 'Eiaha ia haaputuhia te maa huru rau i pihai iho i taua mau ta'o nei.
- 'Eiaha ia faa'ohipa faahou i te mau fārii pau, ua 'i te reira i te tao'a ta'ero.



### Te faaineineraa i te rapaauraa

O te taime fāitoraa ia i te tao'a nei, te 'āno'iraa i te reira e te tuuraa atu i roto i te mauihaa pāmū.

- A ara e a hi'opo'a maita'i i te maitata'i o te mauihaa pāmū : ia mā te mau faahororaa, 'eiaha e mama...
- I te taime faaineineraa i te rāau, a 'omono i te mauihaa pāururaa : rimarima, tāpo'i-mata, 'ahu porëni, tiaa. 'Eiaha e faa'ohipa i te tao'a mā te rimarima 'ore.
- A haapa'o i te puta haamāramaramaraa e te mau fāito i faataahia i ni'a i te parau rii tāpiri.
- A haapa'o maita'i ia faa'ohipa 'oe i te tao'a, ia 'ore te reira ia manii noa.
- 'Eiaha e tāmāa, e inu aore ra e puhipuhi i te 'avaava i te taime faaineineraa e i te taime faa'ohiparaa i te rāaut.
- Ia 'āno'i noa atu 'oe i te tao'a rau, a hi'o maita'i mai te mea e tano te tahi e te tahi. E riro te tahi mau 'āno'iraa i te faaiti mai i te nanonanoraa.

## Te peeraa na te vaha e te 'airaa mäa

I te taime faa'ohiparaa i te tao'a ataata nei ua viivii te mau mea ato'a na piha'i iho, te rima, te 'ahu, te 'ati ora.

**la 'ai 'oe i te tahi mäa aore ra ia puhipuhi 'oe i te 'avaava a rave noa ai 'oe i te 'ohipa tüpoheraa manumanu e riro te reira i te faatupu i te ma'i teimaha.**

### Nähea ia arai i te peeraa na te vaha ?

A haapa'o i te faanahoraa no mä :

- 'Eiaha e tämäa, 'eiaha e inu, 'eiaha e puhipuhi i te 'avaava i te taime faa'ohiparaa aore ra raveraveraa i te tao'a ta'ero
- **A horoi maita'i i te rima e te tino täato'a** ia oti i te faa'ohiparaa i te tao'a ta'ero nei



## Te mau mauihaa faaauhia no te pärururaa

- Te 'ahu porëni
- Te täpo'i-mata e te tite'a 'arahu no te pärururaa i te hutiraa i te tao'a timi' ataata



A 'omono te täpo'i-mata i te rima mä.  
A horoi i te täpo'i-mata ia oti te faa'ohiparaa.  
A tau pinepine i te 'arahu.

### ➤ Rimarima



A horoi i te rimarima hou a tätara atu ai i te reira

### ➤ Tite'a-mata



Päruru te mata i mua i te mau peeraa tao'a

### ➤ Tiaa



- **A rave i te mauihaa päruru e tano i mua i te huru räau e faa'ohipahia ra.** a ani atu i te feiä e hoo mai nei i taua mau mauihaa.
- **A hi'opo'a pinepine i te vai-maita'i-raa o te mau mauihaa päruru**

## Te mau täpa'o faaararaa

Teie mau täpa'o, i piahia i ni'a i te parau rii täpiri, e faaararaa ana'e ia no te huru ataata e vai ra.

**A ara, a haapa'o mata'i !**



**T+ Ta'ero hau**  
**T Ta'ero**

E tao'a hau i te ataata ia ö i roto i te tino o te taata na te ihu änei, te vaha aore ra te 'iri.



**Xn 'Ino**



**Xi ma'ero**

Te mau tao'a ia e faatupu i te ma'eroraa rahi ia tahe i ni'a i te 'iri.



**C Paapaa**

Te tao'a ia e faa'ino roa ia tahe i ni'a i te 'iri räpae e te vauvau roto o te tino.



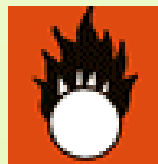
**E Paa'ina**

Te tao'a e riro i te paa'ina no te ahu änei, te 'ötu'iraa mai aore ra ia oro i ni'a i te tahi tao'a.



**F+ Ura tä'ue**  
**F Ura**

Te tao'a e ura 'oi'oi noa no te ahu rahi änei (F) aore ra no te ahu noa (F+).



**O 'Ama**

E tao'a e 'ama haere noa. 'Eiaha e tuu i piha'i iho i te tao'a ura.



**N Ataata no te nätura e te mau mea ora i roto i te pape**

E tao'a e riro i te faa'ino i taua ihoä taime aore ra i muri iho te nätura e te mau mea ora i roto i te pape.

## Te ta'eroraa räau arai

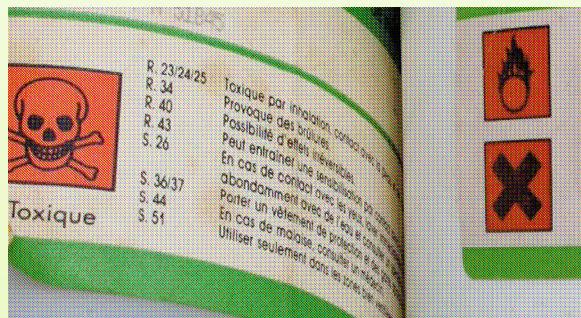
### Te mau ta'eroraa ha'iha'i (aore ra tau poto noa)

'Aua'e eere te reira i te mea pinepine. E tuipu mai te reira na roto i te 'airaa rahi i te tahi tao'a ta'ero, no te haperaa änei aore ra te haapa'o-'ore-raa ('ei hi'oraa, ia faahereherehia te tao'a tüpohe manumanu i roto i te färri mäa). E riro te reira i te faatupu i te **fifi rahi i te pae no te 'ea** : mauui upoo, 'ino'ino te 'öpuu, piha'e, diarrhéés, hörürü, rürü, paruparu, hōpii... penei a'e e topa-matapōhia aore ra e pohe tō muri.

### Te ta'eroraa pe'ape'a (aore ra pe'ape'a teimaha)

No roto mai i te 'airaa tämau aore ra i te 'airaa pinepine i te tahi tuhaa rii tao'a i te taima a faa'ohipahia ai te mau räau tüpohe manumanu : faaineineraa i te mauihaa pämu, pipiraa räau, raveraveraa i te mau räau...  
**E haapu'e te mau tao'a ta'ero i roto i te tino** (i roto ihoä ra i te mähä, te 'araia e te faatororaa uaua-uira), e riro roa mai 'ei **ma'i teimaha** : te ma'i ma'ero, te märiri 'aitaata, te ruheruhe vai-täne, te paruparuraa mahemo... tau 'äva'e ia i muri iho e 'itehia atu ai aore ra **tau matahiti te maoro i muri iho**.

**I te taima peeraa, mea iti roa te mau faahuru'ëraa i ni'a i te taata faa'ohipa räau nei, ia roa atu ra te tau faa'ohiparaa räau e a 'ai noa ai tō na tino, i reira ia te mau ma'ima'i e tupu ai i ni'a ia na e a 'ü'ana roa atu ai.**



### Te huru no te peeraa

E toru huru faanahoraa a tomo ai te räau i roto i te tino taata :

- Na te 'iri (**peeraa na te 'iri**)
- Na te hutiraa aho (**peeraa hutiraa aho**)
- Na te 'amuraa mäa (**te 'airaa na te vaha**)

**No te arai i te peeraa ma'i e te ta'eroraa tao'a tüpohe räau hotu, ia 'omono mai te taata i te 'ahu faaauhia no te pärururaa.**

## Te mau mauihaa faaauhia no te pärururaa

**E tao'a ta'ero te mau räau tüpohe manumanu, mea titauhia ia päruru mai te haamataraa i te hope'a o te taima rapa'auraa** (faaineineraa, pämuraa, tämäraa mauihaa...)

### Te peeraa na te 'iri

O te tumu pinepine roa a'e ia, **ia tano ti'a atu te räau i ni'a i te 'iri aore ra i te mata.**

Te rima e te mata ia te vähi ataata roa a'e, ia haapa'o-ato'a-hia ra te tua (a ara i te mauihaa pämu e amohia i muri i te tua, 'eiaha ia mama noa). Te vai ra te tao'a **e ö roa mai na roto i te 'iri.**

E 'itehia te paapaa e te ma'ero rahi.

**E rahi roa atu te 'ino ia ve'ave'a no te mea ua fatafata roa te mau 'äpoopoo o te 'iri.**



### Nähea ia arai i te peeraa räau ta'ero i ni'a i te 'iri ?

A 'ahu i te mauihaa faaauhia no te pärururaa :

- Te rimarima
- Te tiaa
- Te 'ahu porëni
- Te täpo'i mata täato'a aore ra e au noa aore ra te tite'a-mata

### Te peeraa hutiraa aho

Mai te mea e tao'a paari (te puehu, te huero...), te vai ra ia **te hu'a tao'a** e riro i te hutihia i te taima faaineineraa i te räau.

Mai te mea e tao'a papepape, i te taima pämuraa e pärara te tao'a mai **te ata** i reira ia e ö 'öhie ai i roto i te tino.

Ia ve'ave'a e 'öhie noa te tao'a nei i te mähü e a ö ai i roto i te tino 'inaha na te ahu e faatupu i te **mähuraa o te mau tao'a ataata.**

**Tei roto i te mahähä e te toto e tupu ai i te faanahoraa 'öpereraa tao'a rau i roto i te tino.**  
**Mea 'oi'oi roa te tao'a ia parare i roto i te täato'araa o te tino.**

### Nähea ia arai i te peeraa na te hutiraa aho ?

A 'ahu i te mauihaa faaauhia no te pärururaa :

- Te **täpo'i-mata** (täato'araa aore ra 'äfaraa o te mata) tei haamauhia i ni'a te tahi mauihaa tite'a 'ärahu no te arairaa i te **mähü timi**.
- A ara : e'ita te täpo'i-mata hu'a repo e päruru i mua i te tao'a ta'ero !