LIDA Stories

lidastories.net

منداڵبوون / Å føde

✎ LIDA Italia
Sara Dorthea Johannesen
Dler Piran (ckb), Espen Stranger-Johannessen (nb)

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0

منداڵبوون

Å føde

LIDA Italia
Sara Dorthea Johannesen
Dler Piran

4

کوردی ckb / norsk nb

سەلامەویت ٢٩ ساڵە. ئەو یەکەم منداڵی بوو لە ئێریترێ. ئەو و خێزانەکەی کاتێکی سەختیان هەبوو لەوێ، بۆیە بڕیاریاندا بچنە ئیتاڵیا.

. . .

Selamawit er 29 år. Hun fødte sitt første barn i Eritrea. Hun og familien hadde det vanskelig der, så de bestemte seg for å dra til Italia.

هەردوو ژنەکە منداڵی تەندروستیان بوو. سەلامویت کوڕێکی تری بوو، لەکاتێکدا ئینگا کچێکی بوو. مێردەکانیان زۆر شانازیان دەکرد، وە بە هەموو کەسێکیان دەگوت کە دەربارەی ژنە بەهێزەکانیان و منداڵە تەندرووستەکانیان زانیویانە.

. . .

Begge kvinnene fødte sunne og friske barn. Selamawit fikk en sønn til, mens Inga fikk en datter. Mennene deres var veldig stolte, og de fortalte alle de kjente om de sterke konene og de friske barna sine.

ئینگا بەرلەوەی ببێتە 19 ساڵ ماڵی بەجێهێشت. ئەو چوو بۆ نەرویج و یەکەم منداڵی لەوێ بوو.

. . .

Inga dro hjemmefra like før hun fylte 19. Hun flyttet til Norge og fikk det første barnet sitt der.

کاتێک سەلامەویت سکپڕ بوو بە منداڵی دووەمی، بیری دەکردەوە
چۆن دەبێت منداڵێکی لە وڵاتێکی جیاوازدا ببێت.

. . .

Da Selamawit ble gravid med det andre barnet sitt, lurte hun på hvordan det ville være å få barn i et annet land.

ئینگا و دکتۆرەکەی ڕێککەوتن کە ئەو دەبێ چوی بە مامانێک بکەوێ
بۆ پشکنینی بەردەوام لە ماوەی دووگیانییەکەیدا. مامانەکە ئامۆژگاری
پێیدا لەبارەی خواردن و پشوودان، لەگەڵ زانیاری لەبارەی ئەوەی
چۆن خۆی و منداڵەکەیش و سەلامەت بهێڵێتەوە.

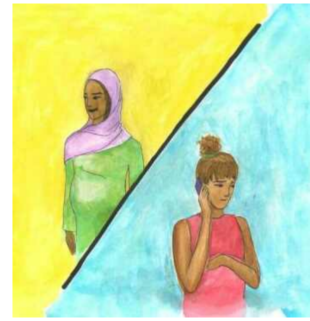
. . .

Inga og legen hennes ble enige om at hun skulle møte en jordmor for jevnlig oppfølging under svangerskapet. Jordmoren ga henne råd om mat, hvile og informasjon om hvordan hun selv og babyen kunne holde seg sunne og friske.

کاتێک دراوسێی ئینگا بیستی ئەو هەوڵدەدات منداڵێکی ببێ، دراوسێکە پێی گوت هەر کە زانی دووگیانە چوی بە دکتۆرێک بکەوێ. بەوجۆرە دەتوانێ دڵنیابێتەوە کە خۆی و منداڵەکەی سەلامەتن. دکتۆرەکە پێی گوت کە ترشی فۆلیک وەرگرێ، کە ڤیتامینێکی گرنگە بۆ ژنانی دووگیان.

. . .

Da naboen til Inga hørte at hun prøvde å få barn, sa naboen til henne at hun måtte gå til legen så snart hun ble gravid. På den måten kunne hun være sikker på at hun og barnet var friske. Legen sa at hun måtte ta folsyre, et vitamin som er viktig for gravide.



سەلامویت و ئینگا لە پێشینەی زۆر جیاوازەوە هاتوون. سەلامویت هەستی بە سەلامەتی کرد چونکە ئەزموونی منداڵبوونی هەبوو. ئینگا قسەی لەگەڵ دایکی کرد لەبارەی منداڵبوون.

. . .

Selamawit og Inga hadde ulik bakgrunn. Selamawit følte seg trygg fordi hun hadde erfaring med å føde. Inga snakket med moren sin om å føde.

هەردوو ژنەکە ئەوەیان بیستبوو کە لە زۆربەی وڵاتە ئەوروپییەکاندا ژنانی دووگیان مافی چاودێریکردنی پێش منداڵبوونیان هەیە. ئەمە واتای ئەوەیە کە ئەوان یارمەتی دەدرێن لەماوەی دووگیانییەکەیان. سەلامەویت هەر کە زانی دووگیانە وادەیەکی لەگەڵ دکتۆرەکەی دانا. مێردەکەی سەلامەویت ئەوی برد بۆ لای دکتۆرەکە.

. . .

Begge kvinnene hadde hørt at i de fleste europeiske land har gravide rett til svangerskapskontroll. Det betyr at man får hjelp under svangerskapet. Selamawit bestilte en time hos legen sin så snart hun skjønte at hun var gravid. Mannen til Selamawit kjørte henne til legen.

دکتۆرەکە هەندێک پشکنینی بۆ کرد و بۆی دەرکەوت کە سەلامەویت جۆرێک لە شەکرەی هەیە کە هەندێک ژنی دووگیان تووشیان دەبێ. پێویست بوو ئەو خواردنی تەندروست بخوات و ڕاهێنان بکات. سەلامەویت خۆشحاڵ بوو کە زوو چووە لای دکتۆر، بەر لەوەی خۆی و منداڵەکەی نەخۆشی بگرن.

. . .

Senere tok legen noen prøver og fant ut at Selamawit hadde en type diabetes som noen gravide kvinner får. Hun måtte spise sunn mat og trene. Selamawit var glad hun dro til legen tidlig, før hun og babyen ble syke.