



LIDA Stories

lidadstories.net

Dhiëth / Dar à luz

✎ LIDA Norge
Sara Dortha Johannesen
Moses Ghuem wol (din), Ana Costa (pt)



This work is licensed under a Creative Commons
[Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0).
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



✎ LIDA Norge
Sara Dortha Johannesen
Moses Ghuem wol
Dinka / portugês
pt

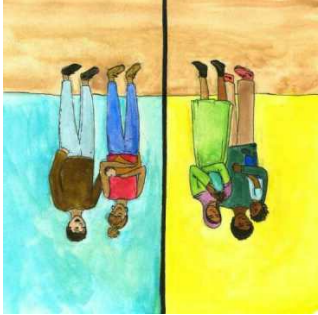
Dhiëth
Dar à luz



Selamawit alaŋ ruun ka 29. E dhiëth manh den
tueŋ pan cɔl Eritrea. Yen kek kuate ake rɛɛc
piir, gokë tak bik la pan cɔl Italy.

...

A Selamawit tem 29 anos de idade. Deu à luz o
seu primeiro filho na Eritreia. Ela e a sua família
passaram tempos difíceis lá, por isso decidiram
ir para Itália.



Kek diäär kedhie aacé dhiéth miith pucl gup.
 Selamawat acé dhiéth dchj det, ku Inga acé
 dhiéth nya. Rçjçr ken ake cè nhiam apeì, ku lèkkè
 raan njicè abèn lcnadè ka lay diäär ril ku miith
 ken pucl gup.

...

Ambas as mulheres deram à luz bebês
 saudáveis. A Selamawit teve outro filho,
 enquanto a Inga teve uma filha. Os seus
 maridos estavam muito orgulhosos e falaram a
 todas as pessoas que conheciam sobre as suas
 esposas fortes e filhos saudáveis.



Inga ee jål panden ka nçööt kic ruçh 19 dçöt. E la
 pan cçl Norway ku le dhiéth manh den tueng thjñ.
 ...

A Inga saiu de casa pouco antes de fazer 19
 anos. Mudou-se para a Noruega e teve lá o seu
 primeiro filho.



On cii Selamawit liëc ë menh den rou, ee ye gäi
bë tju de yen dhiënh pandët.

...

Quando a Selamawit ficou grávida do seu
segundo filho, perguntou-se como seria ter um
filho num país diferente.



Inga kek akimde acë rööt piñ lonadë ka Inga abë
ya yök kek agëëm be ya la tiñ dhaman liëc yen.
Agëëm ace wëët cäm bë ya cam, ku lon bi yen ku
manh tiet thün bik guup pial.

...

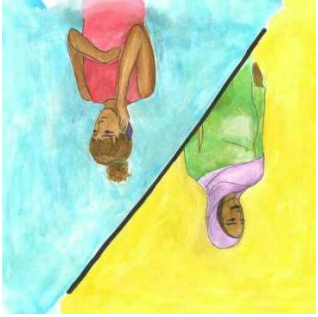
A Inga e a sua médica concordaram que ela se
encontraria com uma parteira para fazer
exames regulares durante a sua gravidez. A
parteira deu-lhe conselhos sobre alimentação e
descanso e informações sobre como se manter
a si e ao seu bebé seguros e bem.



Wên cii jerän ë Inga ye piny lönadë ka liac meth,
go jerän lek yen bë akim laj tñy. Tä loi yen ekën
ka yen ku manhde abë guup pial. Go akim lek
yen bi deek wäl col folic acid, ee bitamen diäär
lic.

...

Quando a vizinha de Inga soube que ela estava
a tentar ter um bebé, disse-lhe para consultar
uma médica assim que ela estivesse grávida.
Dessa forma, ela poderia certificar-se de que ela
e o seu bebé estavam saudáveis. A médica
disse-lhe para tomar ácido fólico, uma vitamina
que é importante para as mulheres grávidas.



Selamawit kek Inga abju yjññ cë räm.
Selamawit ee ye rot yök kapucl wet cii yen kan
dhiëth. Inga ee cë jam kek maan alcy dhiëth.
...

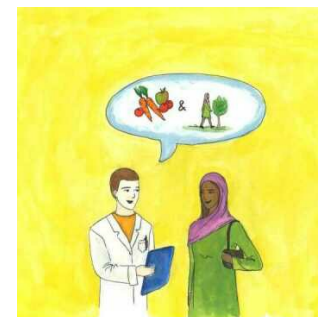
A Selamawit e a Inga vêm de contextos
diferentes. A Selamawit sentia-se segura porque
tinha tido a experiência de dar à luz. A Inga
falou com a sua mãe sobre dar à luz.



Kek diäär kāk kedhie ee cīk piŋ lɔnadē bēēi
Europe ȝiic, diäär liēc alaŋ yiny ye kek gām
kuɔny dhaman liēc. Aye kek kony dhaman cīi kek
liēc. Selamawit ee cē jam kek akim dhaman puɔɔ
yen liēcde ŋic. Mony Selamawit ee cē yen jat tǎn
akim ē riäi.

...

Ambas as mulheres tinham ouvido dizer que, na maioria dos países europeus, as mulheres grávidas têm direito a cuidados pré-natais. Isto significa que irão receber acompanhamento durante a gravidez. A Selamawit marcou uma consulta com o seu médico assim que se apercebeu que estava grávida. O marido de Selamawit levou-a ao médico.



Akim ee cē Selamawit them go yök ka laŋ guöp
tuany thukar tǔu ke diäär liēc. Awic bē ya cām
mīith piath ku lui riethat. Selamawit ee cē puou
miēt wēt cīi ȝen laj la tǎn akim ka manhde kic
guɔ tuany.

...

O médico fez alguns testes e descobriu que Selamawit tinha um tipo de diabetes que algumas mulheres grávidas têm. Ela tinha de comer alimentos saudáveis e de fazer exercício. A Selamawit ficou contente por ter ido ao médico, antes de ela e o seu bebé ficarem doentes.