

# Dhalmada A føde



LIDA Italia ✎  
Sara Dorteia Johannesen &  
Mohamed Abdrashid 📄  
4 🗳️  
Soomaali [so] / norsk [nb] 😊



## LIDA Stories

[lidastories.net](http://lidastories.net)

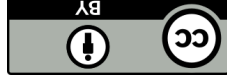
### Dhalmada / A føde

LIDA Italia ✎

Sara Dorteia Johannesen &

Mohamed Abdrashid (so), Espen

Stranger-Johannessen (nb)



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>



Selamawit waa 29 jir. Ilmaheedii ugu horreeyay ayay ku dhashay dalka Eritrea. Ayada iyo qoyskeeda ayaa halkaas waqti adag kala kulmay, markaas ayay go'aansadeen inay Talyaaniga aadaan.

...

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.

Labada haweenba waxay dhaleen ilmo caafimaad gaba. Selamawit waxay dhashay wiil kale, halka Inga ee leedahay gabadh. Niman kooduna aad bay ugu faanayaan, oo qof kasta oo ay garanayeen ayay u sheegi jireen xaasaskooda xoogga badan iyo carruurtooda caafimaadka gaba.

...

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.

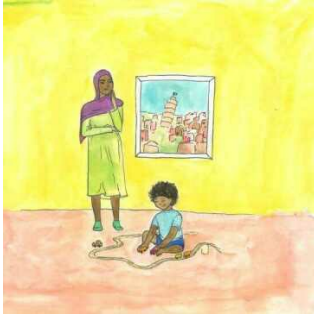


Inga waxay ka tagtay guriga wax yar ka hor in taanay gaarin 19 jir. Waxay u gurtay Norway waxayna halkaas ku dhashay cunuggoodii ugu horreeyay.

...

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





Markii Selamawit ay uur yeelatay ilmaheedii labaad, waxay la yaabtay sida ay noqon doonto haddii ay ilmo waddan kale ku dhasho.

...

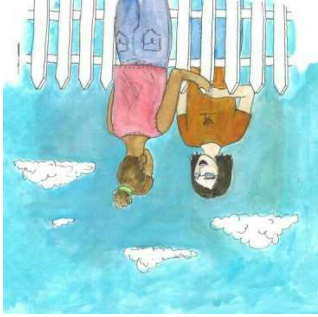
Da Selamawit ble gravid med det andre barnet sitt, lurte hun på hvordan det ville være å få barn i et annet land.



Inga iyo dhakhtarkeedu waxay ku heshiiyeen inay la kulanto ummuliso si ay u hesho baaritaan joogto ah inta ay uurka leedahay. Ummulisada ayaa siisay talooyin ku saabsan cuntada iyo nasashada, iyo macluumaadka ku saabsan sidii ay nafteeda iyo ilmaheedaba u ilaalin lahayd una badbaadin lahayd.

...

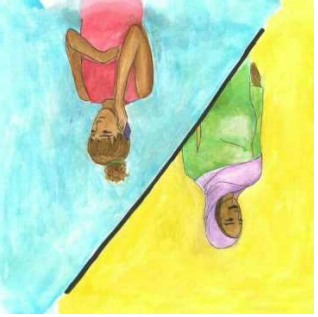
Inga og legen hennes ble enige om at hun skulle møte en jordmor for jevnlig oppfølging under svangerskapet. Jordmoren ga henne råd om mat, hvile og informasjon om hvordan hun selv og babyen kunne holde seg sunne og friske.



Markii deriska Inga uu maqay inay isku dayeyso inay ilmo dhasho, deriska ayaa u sheegay inay u tagto dhakhtar isla marka ay u r yeelato. Sidaas ayay ku hubin kartaa inay caafiimaad qabaan iyada iyo ilmahaeda. Dhakhtar ka ayaa u sheegay inay qaadatao kiniinka Folic acid oo ah fitamiin muhiim u ah haweenka urka leh.

...

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.



Selamawit iyo Inga waxay ka yimaadeen meelo kala duwan. Selamawit waxay dareentay badbaado sababtoo ah waxay khiirad u lahayd ummusha. Inga waxay hooyadeed kala hadashay arrimaha dhalmada.

...

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.



Labada haweenba waxay maqleen in, inta badan dalalka Yurub, haweenka uurka leh ay xaq u leeyihiin daryeelka dhalmada ka hor. Taas macnaheedu waa in ay heli doonaan caawimo inta ay uurka leeyihiin. Selamawit waxay ballan la yeelatay dhakhtarkeeda isla markii ay xaqiiqsatay inay uur leedahay. Selamawit ninkeedii ayaa u kaxeeyay dhakhtarka.

...

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 skjønnte at hun var gravid. Mannen til Selamawit kjørte henne til legen.



Dhaqtarku wuxuu sameeyay xoogaa baaritaanno ah wuxuuna ogaaday in Selamawit ay qabto nooc ka mid ah cudurka sokorta oo haweenka uurka leh qaarkood ay qaadaan. Waxay ahayd inay cunto cunto caafimaad leh iyo inay jimicsi samayso. Selamawit way ku faraxday inay goor hore u tagtay dhakhtarka, ka hor intaanay iyada iyo ilmaheeda xanuunsan.

...

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.