








Giving birth

-  LIDA Italia
-  Sara Dorthea Johannesen
-  Zahraa
-  4
-  العربية [ar](#) / English [en](#)



سَلَامُويت تبلغ من العمر 29 هم. أنجبت طفلها الأول في إيريتيريا. حيث هنت الكثير
هناك مع هنتها. فقرروا أن ينتقلوا إلى إيطاليا.

...

Selamawit is 29 years old. She gave birth to her first child in Eritrea. She and her family had a hard time there, so they decided to go to Italy.



هدرت إينج منزلها قبل أن تبلغ الـ 19 من العمر. انتقلت إلى النرويج. وأنجبت ابنها الأول هناك.

...

Inga left home just before she turned 19. She moved to Norway and had her first child there.

بينه حملت سلامويت بطفلها الثاني، كانت تفكر في هسيكون الامر عليه عند إنجاب
طفل في دولة أخرى.

...

When Selamawit became pregnant with her second child,
she wondered what it would be like to have a child in a
different country.





سلامويت واينج جعلا من خلفيت مختلفة. سلامويت كانت تشعر بجلالهن لأنها قد انجبت مسبقاً. اينج تحدثت إلى والدتها حول الإنجاب.

...

Selamawit and Inga come from different backgrounds. Selamawit felt safe because she had experience with giving birth. Inga talked to her mother about giving birth.



كانت كلا الزوجتين قد سمعت أنه في معظم البلدان الأوروبية، للمرأة الحمل الحق في
رؤية ه قبل الولادة. هذا يعني أنه ستحصلن على المساعدة أثناء الحمل. حددت
سيلهويت موعدًا مع طبيبها بمجرد أن أدركت أنها حامل. صحب سلامويت زوجها إلى
الطبيب.

...

Both women had heard that, in most European countries, pregnant women have the right to antenatal care. This means that they will get help during their pregnancies. Selamawit made an appointment with her doctor as soon as she realised she was pregnant. Selamawit's husband drove her to the doctor.



أجرى الطبيب بعض الفحوصات وأدرك أن سلامويت لديها نوع من أنواع امراض السكري التي تعذب به الحوامل. لذا يتوجب عليها أن تَكل طعاماً صحياً وان تدرس الرياضة. سلامويت كانت ممتنة لأنها ذهبت إلى الطبيب مبكراً قبل أن تمرض هي وابنها.

...

The doctor did some tests and found out that Selamawit had a kind of diabetes that some pregnant women get. She had to eat healthy food and exercise. Selamawit was glad she went to the doctor early, before she and her baby became ill.



عنده علمت جرة اينج أنه حمل، اخبرته إنه من المستحسن أن تزور الطبيب في بداية حملها لتطمئن على صحتها وصحة طفلها. نصحه الطبيب بتناول حمض الفوليك فهو فيتامين مهم للنساء الحوامل.

...

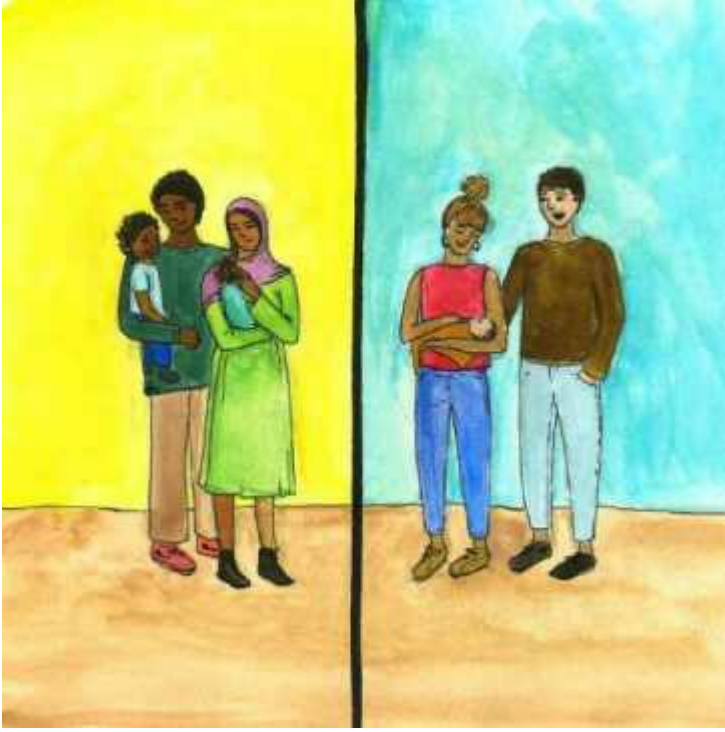
When Inga's neighbour heard that she was trying to have a baby, the neighbour told her to see a doctor as soon as she was pregnant. That way she could make sure that she and her baby were healthy. The doctor told her to take folic acid, a vitamin that is important for pregnant women.



اتفقت اينج مع طبيبه على مقابلة قبلة لإجراء فحوصات منتظمة أثناء الحمل. قدمت
القبلة نصائح بشأن الطهيم والراحة، ومعلومت حول كيفية الحفاظ على سلامتھ وصحة
طفله.

...

Inga and her doctor agreed that she would meet a midwife for regular check-ups during her pregnancy. The midwife gave her advice on food and rest, and information on how to keep herself and her baby safe and well.



أنجبت كلا المرأتين طفلين بصحة جيدة. انجبت سلامويت ابناً آخر، بينما أنجبت اينجا ابنة. كن زوجها فخورين للغاية، وأخبرا كل شخص يعرفنه عن زوجتيهما القويتين، وأطفالهم الأصحاء.

...

Both women gave birth to healthy babies. Selamawit had another son, while Inga had a daughter. Their husbands were very proud, and they told everyone they knew about their strong wives and healthy children.




LIDA Stories


lidastories.net

الإنجاب

Giving birth

 LIDA Italia

 Sara Dorthea Johannesen

 Zahraa (ar)

