জন্ম দান

Dar à luz

LIDA Norge
Sara Dorthea Johannesen
Tahmina Akter

4
বাংলা bn / português pt

সেলামাভিটের বয়স ২৯ বছর। সে ইরিত্রিয়ায় তার প্রথম সন্তানের জন্ম দেয়। সে ও তার পরিবার সেখানে কঠিন সময় কাটিয়েছিল, তাই তারা ইতালি যাওয়ার সিদ্ধান্ত নিয়েছিল।

• • •

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.

ইঙ্গা ১৯ বছর বয়স হওয়ার আগেই বাড়ি ছেড়ে চলে যায়। সে নরওয়েতে চলে যায় এবং সেখানে তার প্রথম সন্তানের জন্ম হয়।

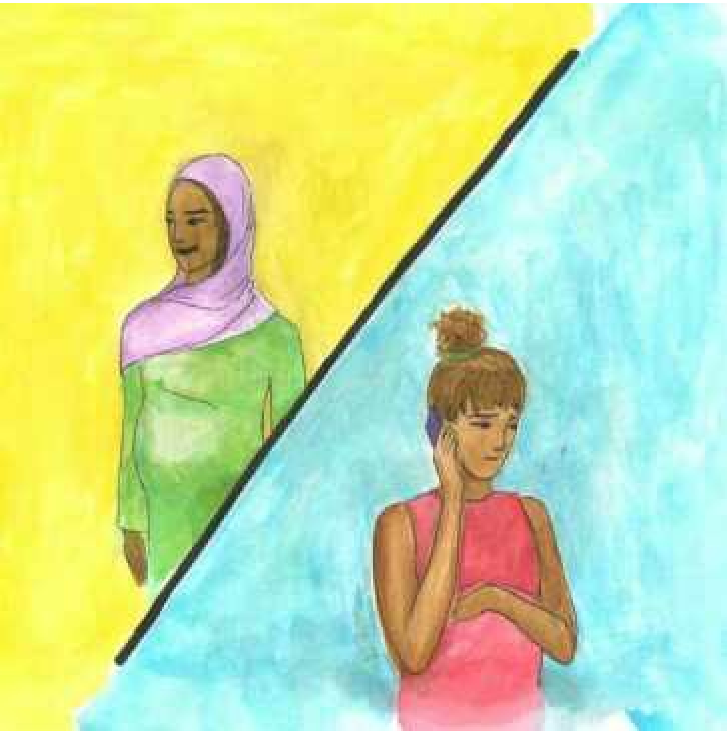
. . .

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

সেলামাভিটের গর্ভে যখন তার দ্বিতীয় সন্তান আসে, তখন সে ভেবেছিল যে অন্য কোনও দেশে সন্তান নেওয়া কেমন হবে।

• • •

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



সেলামাভিট আর ইঙ্গা আলাদা জায়গা থেকে এসেছে। সেলামাভিট নিরাপদ বোধ করেছিল কারণ তার প্রসবের অভিজ্ঞতা ছিল। ইঙ্গা তার মায়ের সাথে সন্তান প্রসবের বিষয়ে কথা বলেছিল।

• • •

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.

দুইজন মহিলাই শুনেছিলেন যে, বেশিরভাগ ইউরোপীয় দেশে গর্ভবতী মহিলাদের প্রসবপূর্ব যত্নের অধিকার রয়েছে। এর অর্থ হল তারা তাদের গর্ভাবস্থায় সহায়তা পাবেন। সেলামাভিট যে গর্ভবতী, তা বুঝতে পারার সাথে সাথেই তার ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করেছিল। সেলামাভিটের স্বামী তাকে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যায়।

• • •

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.

ডাক্তার কিছু পরীক্ষা করেছিলেন এবং জানতে পেরেছিলেন যে সেলামাভিটের এক ধরণের ডায়াবেটিস রয়েছে, যা কিছু গর্ভবতী মহিলাদের হয়। তাকে স্বাস্থ্যকর খাবার খেতে ও ব্যায়াম করতে হয়েছিল। সেলামাভিট খুশি হয়েছিল যে, সে ও তার শিশু অসুস্থ হওয়ার আগেই ডাক্তারের কাছে গিয়েছিল।

. . .

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.

যখন ইঙ্গার প্রতিবেশী জানতে পারেন যে, সে একটি সন্তান নেওয়ার চেষ্টা করছে, তখন প্রতিবেশী তাকে গর্ভবতী হওয়ার সাথে সাথেই একজন ডাক্তারের সাথে দেখা করতে বলেছিলেন। এইভাবে সে নিশ্চিত করতে পেরেছিল যে, সে আর তার বাচ্চা সুস্থ আছে। ডাক্তার তাকে ফলিক অ্যাসিড গ্রহণ করতে বলেছিলেন, যা গর্ভবতী মহিলাদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ একটি ভিটামিন।

. . .

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.

ইঙ্গা ও তার ডাক্তার ঠিক করে যে, সে তার গর্ভাবস্থায় নিয়মিত চেকআপের জন্য একজন মিডওয়াইফের সাথে দেখা করবে। মিডওয়াইফ তাকে খাবার ও বিশ্রামের বিষয়ে পরামর্শ দিয়েছিল এবং কীভাবে নিজেকে ও তার শিশুকে নিরাপদ ও ভাল রাখা যায়, সে সম্পর্কে তথ্য দিয়েছিল।

. . .

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.

দু’জনই সুস্থ সন্তানের জন্ম দিয়েছিল। সেলামাভিটের আরেকটি ছেলে ছিল, আর ইঙ্গার একটি মেয়ে ছিল। তাদের স্বামীরা খুব গর্বিত হয়েছিল এবং তারা তাদের শক্তিশালী স্ত্রী এবং সুস্থ সন্তানদের সম্পর্কে পরিচিত সবাইকে জানিয়েছিল।

• • •

Ambas as mulheres deram à luz bebés 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.

LIDA Stories

lidastories.net

জন্ম দান

Dar à luz

LIDA Norge
Sara Dorthea Johannesen
Tahmina Akter (bn), Ana Costa (pt)

CC BY