

مندالبوون



Giving birth

- ✎ LIDA Italia
- 👤 Sara Dorteia Johannesen
- 💬 Dler Piran
- 📶 4
- 🗣️ کوردی ckb / English en



سهلهوویت ۲۹ ساله. ئه و یه کهم مندالی بوو له ئیریتریه. ئه و و خیزانه که ی کتییکی
سهختین هه بوو له وئ، بۆیه برپریندا بچنه ئیهدلی.

...

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.



ئینگ بەرلەوہی بییتە 19 نل ھلی بەجیھشت. ئەو چوو بو نەرویج و یەكەم مندالی
لەوئ بوو.

...

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



کاتیک سه‌له‌ویت سکیپر بوو به مندالی دووهمی، بیرى ده‌کرده‌وه چۆن ده‌بیٚت
مندالیکى له ولاتیکى جیوازدا بیٚت.

...

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



سه لهوویت و ئینگ له پیشینهی زۆر جیوازه وه هتوون. سه لهوویت ههستی به
سهلامهتی کرد چونکه نه زموونی مندالبوونی هه بوو. ئینگ قسهی له گهڵ دایکی کرد
له بیرهی مندالبوون.

...

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.



هەردوو ژنەكە ئەو مەین بیستبوو كە لە زۆربەى وڵاتە ئەوروپییەكاندا ژلانی دووگیان
هفی چودیریكردى پێش مندالبوونین هەیه. ئەمە وڵاتی ئەو هیه كە ئەوان یرمه تی
دەدرین لەهوهی دووگیانییە كەین. سەلهویتی هەر كە زانی دووگیانە وادهیه كی لەگەڵ
دكتۆره كەى دلا. مێرده كەى سەلهویتی ئەوى برد بۆ لای دكتۆره كە.

...

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.



دکتۆره که هه‌ندیک پشکنینی بو کرد و بۆی ده‌رکه‌وت که سه‌له‌ویت جوریک له شه‌کره‌ی هه‌یه که هه‌ندیک ژنی دوو‌گین تووشین ده‌بی. پیویست بوو ئه‌و خواردنی ته‌ندروست بخوات و راه‌یێن بکات. سه‌له‌ویت خوش‌خۆش بوو که زوو چوو له‌ی دکتۆر، به‌ر له‌وه‌ی خۆی و منداڵه‌که‌ی نه‌خۆشی بگرن.

...

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.



کاتیک دراوسی ئینگ بیستی ئەو هەولەدات مندالێکی بێ، دراوسیەکە پێی گوت
هەر که زانی دووگینه چوێ به دکتۆرێک بکهوێ. به و جوړه دهتوانی دلنښتته وه که
خوێ و منداله کهی سهلامه تن. دکتۆره که پێی گوت که ترشی فۆلیک وه رگری، که
قېښمینێکی گرنکه بو ژلانی دووگین.

. . .

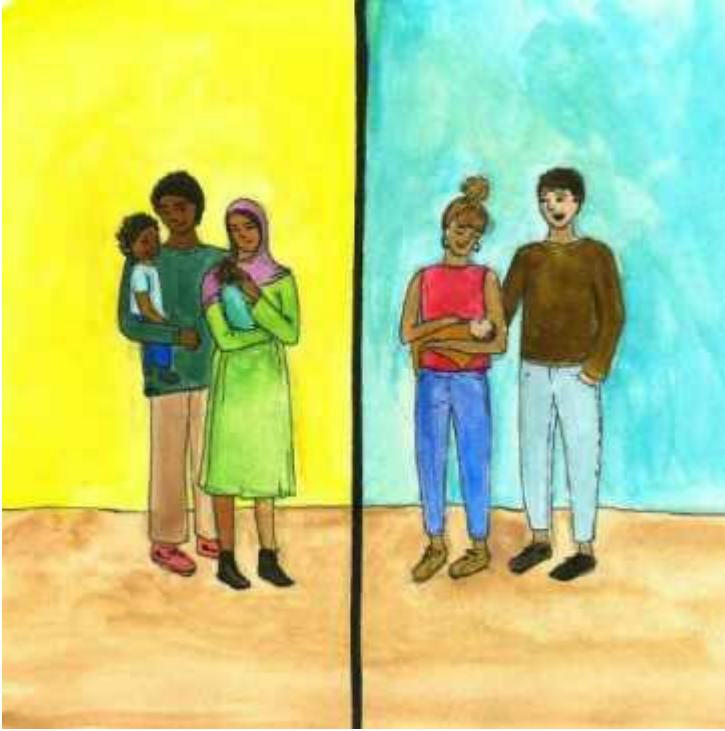
When Inga's neighbour heard that she was trying to have a baby, the neighbour told her to see a doctor as soon as she was pregnant. That way she could make sure that she and her baby were healthy. The doctor told her to take folic acid, a vitamin that is important for pregnant women.



ئینگ و دکتۆره که ی ریکه و تن که ئەو دەبی چۆی بە ھەنیک بکەوئ بۆ پشکنینی ھوہ
ھوہ لەھوہی دوو گینییە کەیدا. ھەنە کە ھمۆژگری پێیدا لەبەری خواردن و پشوودان،
لەگەڵ زانیەری لەبەری ئەوہی چۆن خۆی و مندالە کە ی ھش و سەلامەت بەیلتەوہ.

...

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.



ههردوو ژنه که مندالی ته ندروستين بوو. سه لهوویت کورپکی تری بوو، له گتیکدا ئینگ
کچیکي بوو. میړده گنین زور نلگزين ده کرد، وه به هه موو که سیکیڼ ده گوت که
ده بره ی ژنه به هیزه گنین و منداله ته ندروو سته گنین زانیوینه.

...

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

مندالبوون

Giving birth



LIDA Italia



Sara Dorteia Johannesen



Dler Piran (ckb)

