जन्म देना

Dar à luz

LIDA Norge
Sara Dorthea Johannesen
Pratibha Singh
4
हिन्दी hi / português pt

सेलामावित 29 साल की है। उसने अपने पहले बच्चे को इरिट्रिया में जन्म दिया। उसको और उसके परिवार को वहाँ मुश्किल समय झेलना पड़ा, इसलिए उन्होंने इटली जाने का निर्णय किया।

• • •

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.

इंगा ने 19 साल की होने से कुछ समय पहले ही अपना घर छोड़ दिया। वह नॉर्वे चली गई और उसने वहाँ अपने पहले बच्चे को जन्म दिया।

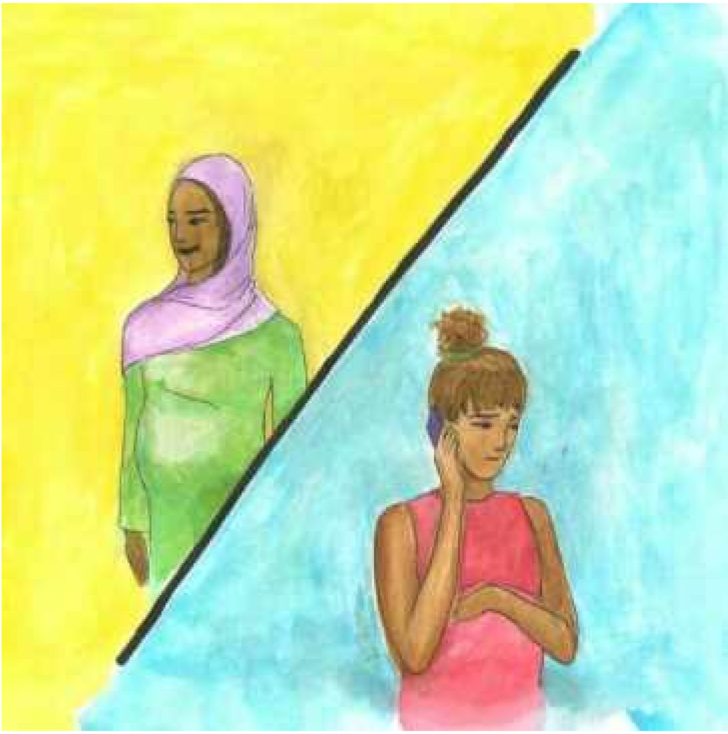
. . .

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

जब सेलामाविति अपने दूसरे बच्चे के लिए गर्भवती हुई, तो उसने सोचा कि दूसरे देश में बच्चे को जन्म देना कैसा होगा।

• • •

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



सेलामाविति और इंगा विभिन्न पृष्ठभूमि से आते हैं। सेलामाविति सुरक्षित महसूस करती थी क्योंकि उसे जन्म देने का अनुभव था। इंगा ने अपनी माँ से जन्म देने के बारे में बात की।

• • •

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.

दोनों महिलाओं ने सुना था कि अधिकांश यूरोपीय देशों में गर्भवती महिलाओं को प्रसव पूर्व देखभाल का अधिकार है। इसका मतलब है कि उन्हें गर्भावस्था के दौरान मदद मिलेगी। जैसे ही उसे पता चला कि वह गर्भवती है, सेलामाविति ने अपने डॉक्टर से मिलने का समय लिया। सेलामाविति का पति उसे डॉक्टर के पास ले गया।

. . .

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.

डॉक्टर ने कुछ परीक्षण किए और पता चला कि सेलामाविति को एक प्रकार का मधुमेह था जो कुछ गर्भवती महिलाओं को होता है। उसे स्वस्थ भोजन और व्यायाम करना था। सेलामाविति खुश थी कि अपने बच्चे के बीमार होने से पहले ही वह डॉक्टर के पास चली गई थी।

• • •

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.

जब इंगा के पड़ोसी ने सुना कि वह बच्चा पैदा करने की सोच रही है, तो उस पड़ोसी ने उसे गर्भवती होते ही डॉक्टर को दिखाने के लिए कहा। इस तरह वह सुनिश्चित कर सकती थी कि वह और उसका बच्चा स्वस्थ हैं। डॉक्टर ने उसे फ़ॉलिक एसिड लेने के लिए कहा, जो गर्भवती महिलाओं के लिए महत्वपूर्ण विटामिन है।

• • •

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.

इंगा और उसके डॉक्टर ने सहमति व्यक्त की कि वह अपनी गर्भावस्था के दौरान नियमित जाँच के लिए एक दाई से मिलेगी। दाई ने उसे भोजन और आराम के बारे में सलाह दी, और ख़ुद को और अपने बच्चे को सुरक्षित एवं स्वस्थ रखने के बारे में जानकारी दी।

. . .

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.

दोनों महिलाओं ने स्वस्थ बच्चों को जन्म दिया। सेलामाविति को एक और बेटा मिला, जबकि इंगा को एक बेटी। उनके पति बहुत गर्व महसूस कर रहे थे, और उन्होंने सभी को बताया कि उन्हें अपनी सबल पत्नियों और स्वस्थ बच्चों के बारे में पता था।

...

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

जन्म देना

Dar à luz

LIDA Norge
Sara Dorthea Johannesen
Pratibha Singh (hi), Ana Costa (pt)

CC BY