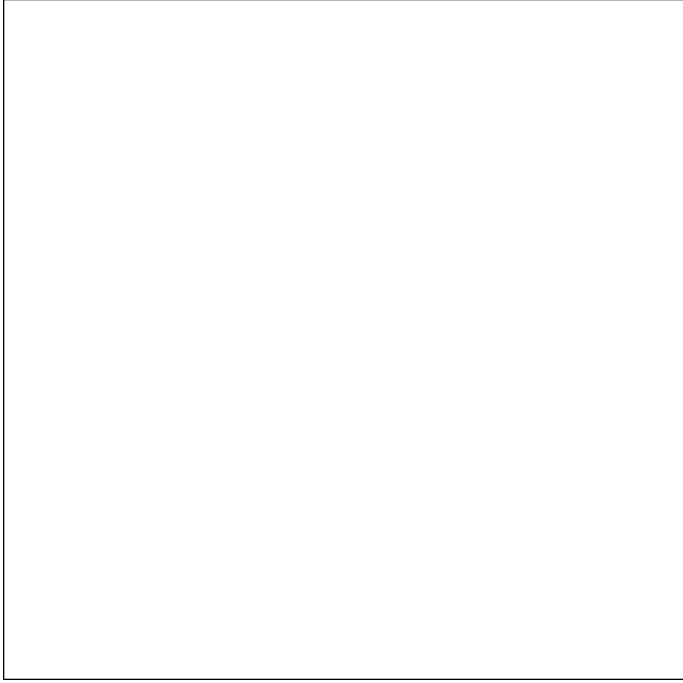


जन्म दिनु

Dar à luz



LIDA Norge ✎
Sara Dortha Johannesen ✉
Anup Aryal ✉
॥ ४
नेपाली / portugês / pt

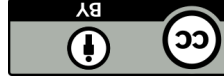


LIDA Stories

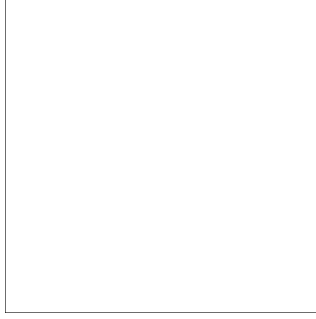
lidastories.net

जन्म दिनु / Dar à luz

LIDA Norge ✎
Sara Dortha Johannesen ✉
Anup Aryal (ne), Ana Costa (pt) ✉



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>



सेलामावित २९ वर्षकी भइन्। उनले इरिट्रियामा आफ्नो पहिलो सन्तानलाई जन्म दिइन्। उनी र उनको परिवारले त्यहाँ कठिन समय बिताउन पर्यो, त्यसैले उनीहरूले इटाली जाने निर्णय गरे।

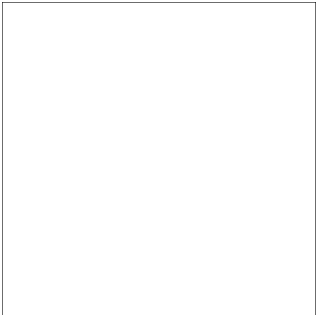
...

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.

इन्नाले १९ वर्षकी हुनआसि नै घर छोडेकी थिइने। उनी नवै सक्दा
भएकी थिइने र त्यहाँ उनको पहिलो सन्तान भएकी थियो।

...

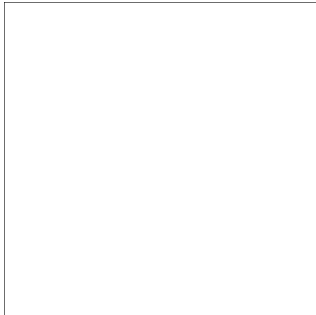
A Inga saiu de casa pouco antes de fazer 19
anos. Mudou-se para a Noruega e teve lá o seu
primeiro filho.

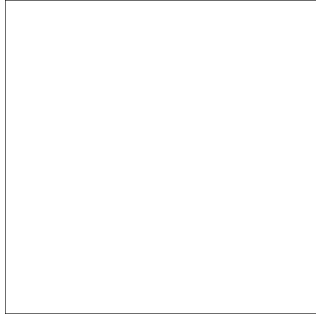


दुवै महिलाले स्वस्थ बच्चा जन्माए। सेलामावितको दोस्रो छोरा भयो
अने इन्गाको पहिलो छोरी भयो। तिनीहरूका पहिलेका दुई नवै माई
थियो, र तिनीहरूले विनयानका माछेहरू र आफन्तहरू सबैलाई
आफ्ना बालिया पनीहरू र स्वस्थ बच्चाहरूको बारेमा बताए।

...

Ambas as mulheres deram à luz bebês
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.

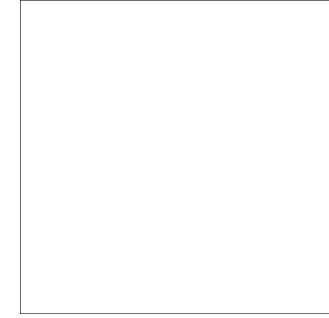




जब सेलामाविति दोस्रो पटक गर्भवती भइन्, अर्को देशमा बच्चा जन्माउँदा कस्तो हुन्छ होला भन्ने सोचन थालिन्।

...

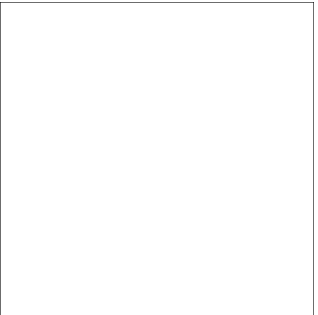
Quando a Selamawit ficou grávida do seu segundo filho, perguntou-se como seria ter um filho num país diferente.



इन्गा र उनको चिकित्सकले उनको गर्भावस्थाको बेला नियमित जाँचको लागि एक प्रसाविकालाई भेट्ने सल्लाह गरे। प्रसाविकाले उनलाई खाना र आरामको बारेमा सुझाव दिइन् र आफू र आफ्नो बच्चालाई कसरी सुरक्षित र स्वस्थ राख्ने भन्ने बारे जानकारी दिइन्।

...

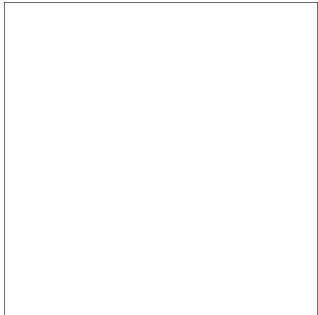
A Inga e a sua médica concordaram que ela se encontraria com uma parteira para fazer exames regulares durante a sua gravidez. A parteira deu-lhe conselhos sobre alimentação e descanso e informações sobre como se manter a si e ao seu bebé seguros e bem.



सेलामावित २ इना फरक पृष्ठमिबाट आउंछन। सेलामावितले
सुरक्षित २ सजिलो महसूस गरिने किनभने उनीसूंग बच्चा जन्माउने
अनुभव थियो। इनाले आफ्नी आमासूंग बच्चा जन्माउने बारेमा
कुरा गरिने।

...

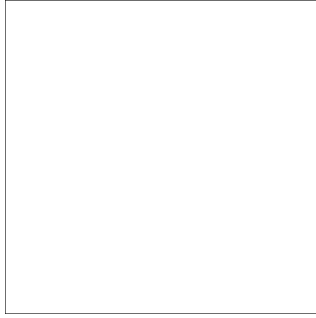
A Selamawit e a Inga vêm de contextos diferentes. A Selamawit sentia-se segura porque tinha tido a experiência de dar à luz. A Inga falou com a sua mãe sobre dar à luz.



जब इनाको छिमेकीले उनी बच्चा जन्माउने प्रयास गरिरहेको सन्, छिमेकीले उनलाई गभर्बती हुने ब्राँसिक विाकस्सकलाई देखाउन भने। यसरी उनले आफू २ आफ्नी बच्चा स्वस्थ छन भनी सुनिश्चित गर्न सकिँछन। विाकस्सकले उनलाई फालिक एसिड नामक औषधी खान भने जैन गभर्बती महिलका लागि एक महत्वपूर्ण भिटागिन

...

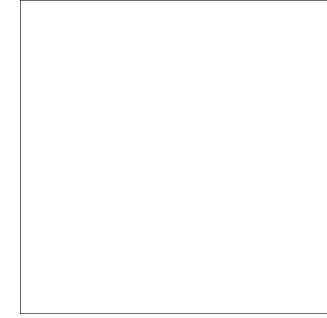
Quando a vizinha de Inga soube que ela estava a tentar ter um bebé, disse-lhe para consultar uma médica assim que ela estivesse grávida. Dessa forma, ela poderia certificar-se de que ela e o seu bebé estavam saudáveis. A médica disse-lhe para tomar ácido fólico, uma vitamina que é importante para as mulheres grávidas.



दुवै महिलाले सुनेका थिए कि अधिकांश युरोपेली देशहरूमा गर्भवती महिलाहरूलाई प्रसव पूर्व हेरचाहको अधिकार छ। यसको मतलब उनीहरूले गर्भावस्थामा मद्दत पाउनेछन्। सेलामावितिले आफू गर्भवती भएको थाहा पाउने बित्तिकै डाक्टरसँग भेट्ने समय माग्निन्। सेलामावितिका श्रीमानले उनलाई डाक्टरकहाँ लगे।

...

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.



डाक्टरले केही परीक्षण गरे र थाहा पाए कि सेलामावितिलाई एक प्रकारको मधुमेह थियो जुन केही गर्भवती महिलाहरूलाई हुन्छ। उनले स्वस्थ खाना खान र व्यायाम गर्नुपर्ने हुन्छ। सेलामाविते र उनको बच्चा बिरामी हुनु अघि उनी चाँडै डाक्टरकहाँ गएकोमा खुसी थिइन्।

...

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.