





Å føde

-  LIDA Italia
-  Sara Dorthea Johannesen
-  Dler Piran
-  4
-  كوردی / norsk

سهلهويت ۲۹ نلله. نهو يه كه م مندالي بوو له ئيريتريا. نهو و خيزانه كه ي كاتيكي
سه ختجن هه بوو له وي، بو يه برپرريندا بچنه ئيدلاي.

...

Selamawit er 29 år. Hun fødte sitt første barn i Eritrea. Hun og familien hadde det vanskelig der, så de bestemte seg for å dra til Italia.

ئىنگ بەرلەۋەى بېيتە 19 نىل ھلى بەجىھىشت. ئەو چوو بۇ نەروىچ و يەكەم
مندالى لەوى بوو.

...

Inga dro hjemmefra like før hun fylte 19. Hun flyttet til
Norge og fikk det første barnet sitt der.

کاتیک سلهوویت سکپر بوو به مندالی دووه می، بیری ده کرده وه چۆن ده بیت
مندالیک له ولاتیک جیوازا دا بیت.

...

Da Selamawit ble gravid med det andre barnet sitt, lurte
hun på hvordan det ville være å få barn i et annet land.

سه لهوویت و ئینگ له پیشینهی زۆر جیوازه وه هتوون. سه لهوویت ههستی به
سهلامهتی کرد چونکه ئەزموونی مندالبوونی ههبوو. ئینگ قسهی لهگهڵ دایکی
کرد لهبرهی مندالبوون.

...

Selamawit og Inga hadde ulik bakgrunn. Selamawit følte seg trygg fordi hun hadde erfaring med å føde. Inga snakket med moren sin om å føde.

هەردوو ژنەكە ئەو ھەین بیستبوو كە لە زۆربەى ولاتە ئەوروپییەكاندا ژلانی دووگیڤن
ھفی چودیریکردنی پیش مندالبوونین ھەیه. ئەمە ولتی ئەو ھیه كە ئەوان یرمەتی
دەدرین لە ھوہی دووگیڤییەكەین. سەلھویت ھەر كە زانی دووگیڤنە وادەییەكى
لەگەل دكتۆرەكەى دلا. مێردەكەى سەلھویت ئەوى برد بۆ لای دكتۆرەكە.

...

Begge kvinnene hadde hørt at i de fleste europeiske land har gravide rett til svangerskapskontroll. Det betyr at man får hjelp under svangerskapet. Selamawit bestilte en time hos legen sin så snart hun skjønte at hun var gravid. Mannen til Selamawit kjørte henne til legen.

دکتۆره که هه‌ندی‌ک پشکنینی بو کرد و بو‌ی ده‌رکه‌وت که سه‌له‌ویت جوریک له شه‌کره‌ی هه‌یه که هه‌ندی‌ک ژنی دوو‌گین تووشین ده‌بی. پیویست بوو ئه‌و خواردنی ته‌ندروست بخوات و پاره‌ین بگت. سه‌له‌ویت خو‌ش‌دل بوو که زوو چوو له‌ی دکتۆر، به‌ر له‌وه‌ی خو‌ی و منداله‌که‌ی نه‌خو‌شی بگرن.

...

Senere tok legen noen prøver og fant ut at Selamawit hadde en type diabetes som noen gravide kvinner får. Hun måtte spise sunn mat og trene. Selamawit var glad hun dro til legen tidlig, før hun og babyen ble syke.

کاتیک دراوسی ئینگ بیستی ئەو هەول دەدات مندالێکی بێ، دراوسی که پێی گوت
هەر که زانی دووگینه چوی به دکتۆریک بکهوئ. به وجۆره دهتوانی دلنچیبیتته وه که
خوی و منداله که ی سهلامه تن. دکتۆره که پێی گوت که ترشی فۆلیک وه رگری، که
قیتمینیکی گرنکه بو ژلانی دووگین.

...

Da naboen til Inga hørte at hun prøvde å få barn, sa
naboen til henne at hun måtte gå til legen så snart hun ble
gravid. På den måten kunne hun være sikker på at hun og
barnet var friske. Legen sa at hun måtte ta folsyre, et
vitamin som er viktig for gravide.

ئىنگ و دكتورەكەى رېككەوتن كە ئەو دەبى چوى بە ھەنىك بىكەوئ بۆ پشكىنى
ھوھوھ لەھوھى دووگىنىيەكەيدا. ھەنەكە ئمۆزگىرى پىيدا لەبىرى خواردن و
پشوودان، لەگەل زانىرى لەبىرى ئەوھى چۆن خۆى و مندالەكەى بىش و سەلامەت
بەپلىتەوھ.

...

Inga og legen hennes ble enige om at hun skulle møte en jordmor for jevnlig oppfølging under svangerskapet. Jordmoren ga henne råd om mat, hvile og informasjon om hvordan hun selv og babyen kunne holde seg sunne og friske.

ههردوو ژنه که مندالی ته ندروستین بوو. سه لهویت کورپکی تری بوو، لهگتیکدا
ئینگ کچیکی بوو. میردهگنن زور نکلهزین ده کرد، وه به هه موو که سیکین ده گوت
که ده ریره ی ژنه به هیزه گنن و منداله ته ندرووسته گنن زانیوینه.

...

Begge kvinnene fødte sunne og friske barn. Selamawit fikk en sønn til, mens Inga fikk en datter. Mennene deres var veldig stolte, og de fortalte alle de kjente om de sterke konene og de friske barna sine.



LIDA Stories

lidastories.net

مندالبوون

À føde

 LIDA Italia

 Sara Dorthea Johannesen

 Dler Piran (ckb), Espen Stranger-Johannessen (nb)

