



Të lindësh

Dar à luz

 LIDA Norge

 Sara Dorteia Johannesen

 Maria Hila

 4

 Shqip sq / português pt



Selamawit është 29 vjeçe. Ajo lindi fëmijën e saj të parë në Eritre. Ajo dhe familja e saj patën vështirësi atje, kështu që vendosën të shkonin në Itali.

• • •

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.



Inga u largua nga shtëpia para se të mbushte 19 vjeç. Ajo u shpërngul në Norvegji dhe lindi fëmijën e saj të parë atje.

...

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



Kur Selamawit ishte shtatzanë me fëmijën e saj të dytë, ajo vriste mendjen si mund të ishte të lindte një fëmijë në një shtet tjetër.

...

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



Selamawit dhe Inga vijnë nga histori të ndryshme.
Selamawit u ndje e sigurt sepse kishte përvojë në lindje.
Inga foli me nënën e saj për lindjen.

• • •

A Selamawit e a Inga vëm 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.



Të dyja gratë kishin dëgjuar se në shumicën e vendeve evropiane, gratë shtatëzënë kanë të drejtën për kujdes para lindjes. Kjo do të thotë se ato marrin ndihmë gjatë shtatëzënisë së tyre. Selamawit la një takim me mjekun e saj sapo kuptoi se ishte shtatëzënë. Bashkëshorti i Selamawit e çoi te mjeku.

...

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.



Mjeku bëri disa analiza dhe zbuloi se Selamawit kishte një lloj diabeti që kanë gratë shtatëzënë. Ajo duhet të hante ushqim të shëndetshëm dhe të bënte ushtrime. Selamawit ishte e lumtur që shkoi te mjeku herët, para se ajo dhe foshnja e saj të sëmureshin.

...

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.



Kur fqinja e Ingas dëgjoi se ajo po përpiquej të kishte një fëmijë, fqinja i tha të vizitohej nga një mjek sapo të ngelte shtatëzënë. Në këtë mënyrë ajo mund të sigurohej që ajo dhe foshnja të ishin të shëndetshme. Mjekja i tha të merrte acid folik, një vitaminë që është e rëndësishme për gratë shtatëzënë.

...

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.



Inga dhe mjekja e saj ranë dakord që ajo të takonte një mami rregullisht për kontrolle gjatë shtatëzënisë së saj. Mamia i dha këshilla për ushqimin dhe pushimin, dhe informacion se si të mbante veten dhe foshnjën e saj të sigurt dhe shëndetshme.

...

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.



Të dyja gratë lindën fëmijë të shëndetshëm. Selamawit lindi një djalë tjetër, kurse Inga lindi një vajzë. Bashkëshortët e tyre ishin shumë krenarë, dhe i treguan të gjithë atyre që njihnin për bashkëshortet e tyre të forta dhe fëmijët e tyre të shëndetshëm.

...

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

Të lindësh

Dar à luz



LIDA Norge



Sara Dorthea Johannesen



Maria Hila (sq), Ana Costa (pt)

