



## Пологи

### Å føde

 LIDA Italia

 Sara Dorteia Johannesen

 Nazarii Malachynskyi

 4

 Українська uk / nynorsk nn



Селамавіт 29 років. Свою першу дитину вона народила в Еритреї. Їй і її родині там було важко, тому вони вирішили поїхати до Італії.

• • •

Selamawit er 29 år. Ho fødte det første barnet sitt i Eritrea. Ho og familien hadde det vanskeleg der, så dei bestemte seg for å dra til Italia.



Інґа пішла з дому незадовго до того, як їй виповнилося 19. Вона переїхала до Норвегії і там народила свою першу дитину.

• • •

Inga drog heimanfrå like før ho fylte 19. Ho flytta til Noreg og fekk det første barnet sitt der.



Коли Селамавіт завагітніла своєю другою дитиною, вона задумалася, як це — народжувати в іншій країні.

• • •

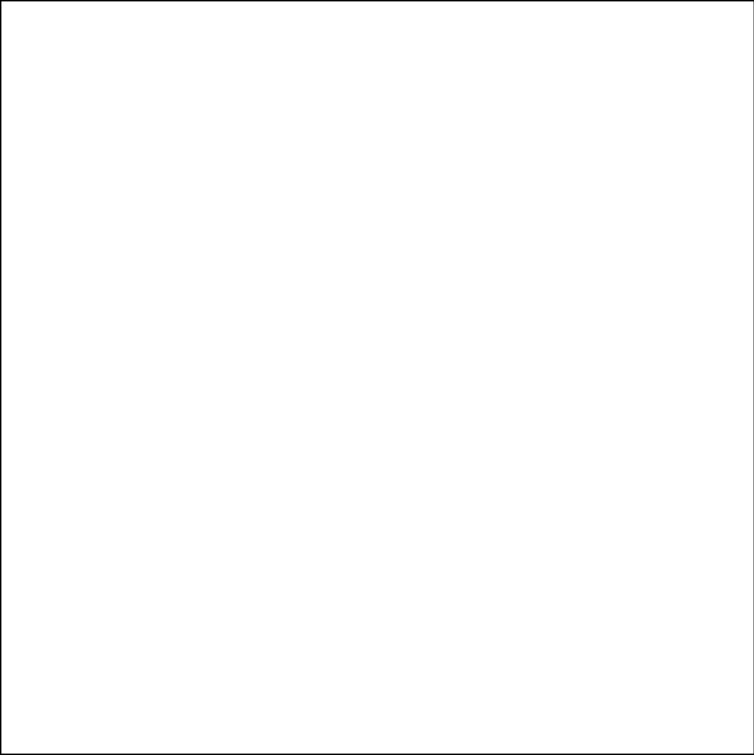
Då Selamawit vart gravid med det andre barnet sitt, lurte ho på korleis det ville vere å få barn i eit anna land.



У Селамавіт та Інґи різні історії. Селамавіт відчувала себе в безпеці, бо вже народжувала. Інґа говорила про пологи з мамою.

• • •

Selamawit og Inga hadde ulik bakgrunn. Selamawit følte seg trygg fordi ho hadde erfaring med å føde. Inga snakka med mora si om å føde.



Обидві жінки чули, що в більшості європейських країн вагітні жінки мають право на допологовий догляд. Це означає, що вони отримають допомогу під час вагітності. Селамавіт записалася на прийом до лікаря, щойно зрозуміла, що вагітна. Чоловік Селамавіт відвіз її до лікаря.

...

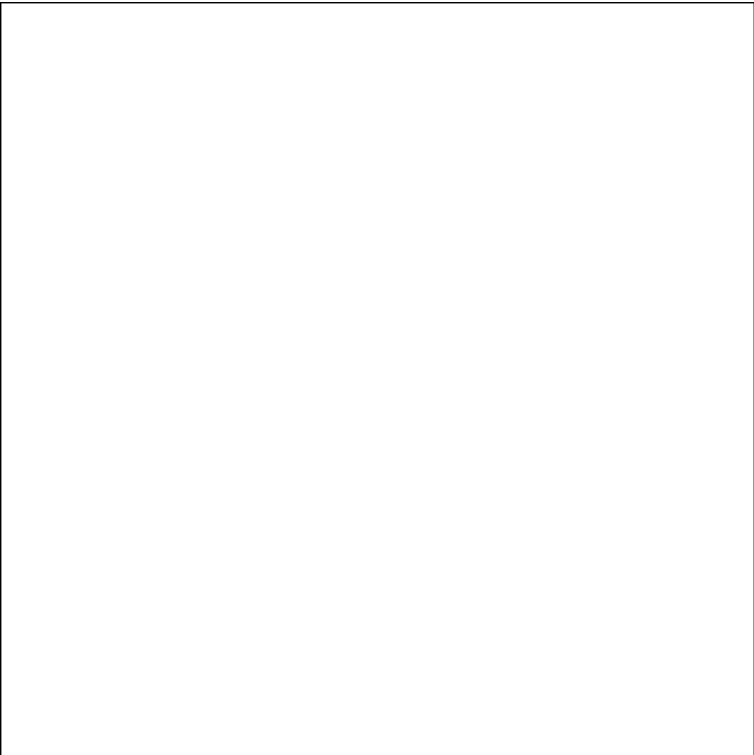
Begge kvinnene hadde hørt at i dei fleste europeiske land har gravide rett til svangerskapskontroll. Det tyder at ein får hjelp under svangerskapet. Selamawit bestilte ein time hos legen sin så snart ho skjønnte at ho var gravid. Mannen til Selamawit køyrde henne til legen.



Лікар провів кілька аналізів і виявив, що у Селамавіт діабет, яким хворіють деякі вагітні жінки. Їй доводилося їсти здорову їжу і займатися спортом. Селамавіт раділа, що звернулася до лікаря рано, поки вона та її дитина не захворіли.

...

Seinare tok legen nokre prøver og fann ut at Selamawit hadde ein type diabetes som nokre gravide kvinner får. Ho måtte ete sunn mat og trene. Selamawit var glad ho drog til legen tidleg, før ho og babyen vart sjuke.



Коли сусідка Інґи почула, що вона намагається завести дитину, сусідка сказала їй звернутися до лікаря, як тільки вона завагітніє. Так вона б переконалася, що вона та її дитина здорові. Лікар сказав їй приймати фолієву кислоту —вітамін, який є важливим для вагітних жінок.

...

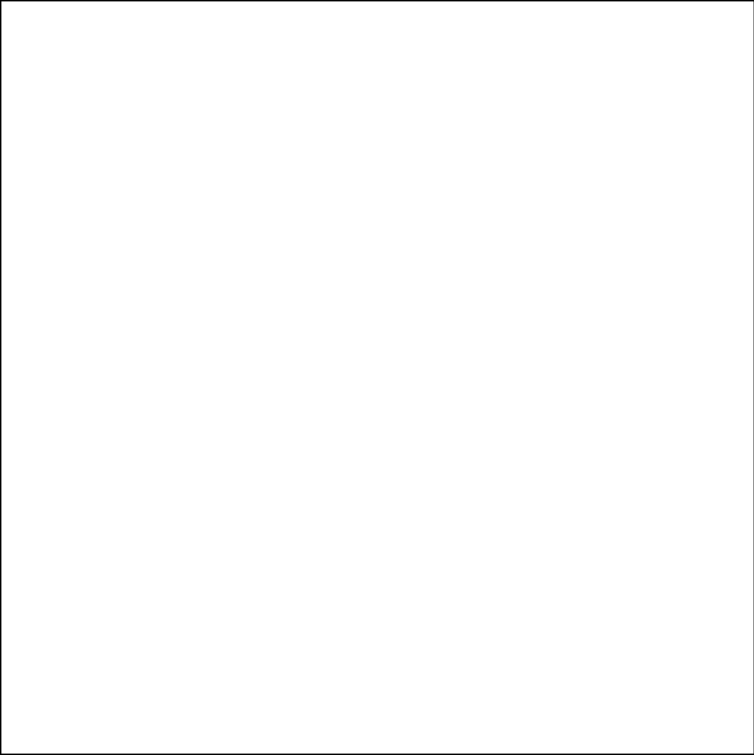
Då naboen til Inga hørde at ho prøvde å få barn, sa naboen til henne at ho måtte gå til legen så snart ho vart gravid. På den måten kunne ho vere sikker på at ho og barnet var friske. Legen sa at ho måtte ta folsyre, eit vitamin som er viktig for gravide.



Інґа домовилася з лікарем, що під час вагітності регулярно проходитиме огляди в акушерки. Акушерка дала їй поради щодо харчування та відпочинку, а також інформацію про те, як вберегти своє здоров'я та здоров'я своєї дитини.

...

Inga og legen hennar vart samde om at ho skulle møte ei jordmor for jamleg oppfølging under svangerskapet. Jordmora gav henne råd om mat, kvile og informasjon om korleis ho sjølv og babyen kunne halde seg sunne og friske.



Обидві жінки народили здорових дітей. У Селамавіт був ще один син, а у Інґи — дочка. Їхні чоловіки дуже цим пишалися і розповідали усім кого знали про своїх сильних дружин і здорових дітей.

• • •

Begge kvinnene fødte sunne og friske barn. Selamawit fekk ein son til, medan Inga fekk ei dotter. Mennene deira var veldig stolte, og dei fortalde alle dei kjente om dei sterke konene og dei friske barna sine.



# LIDA Stories

[lidastories.net](http://lidastories.net)

**Пологи**

**À føde**

 LIDA Italia

 Sara Dorthea Johannesen

 Nazarii Malachynskyi (uk), Espen Stranger-Johannessen (nn)

