بچے کی پیدائش

Å føde

LIDA Italia

Sara Dorthea Johannesen

Yasir Tayyab

4

اردو ur / norsk nb

سیلاماویت کی عمر انتیس سال ہے۔ اس نے اریٹیریا میں اپنے پہلے بچے کو جنم دیا۔ اسے اور اس کے خاندان کو وہاں بہت مشکل پیش آئی، چنانچہ انہوں نے اٹلی جانے کا فیصلہ کیا۔

• • •

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.

اینگا نے انیس سال کی ہونے سے پہلے گھر چھوڑ دیا۔ وہ ناروے چلی گئی اور وہیں اس کا پہلا بچہ پیدا ہوا۔

• • •

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

جب سیلاماویت اپنے دوسرے بچے کے ساتھ حاملہ ہوئی تو اس نے سوچا کہ کسی دوسرے ملک میں بچے کی پیدائش کیسی رہے گی۔

• • •

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

سیلاماویت اور اینگا کا تعلق مختلف خاندانی حالات سے ہے۔ سیلاماویت نے خود کو محفوظ محسوس کیا کیونکہ اسے پیدائش کا تجربہ تھا۔ اینگا نے پیدائش کے بارے میں اپنی ماں سے بات کی۔

• • •

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.

دونوں خواتین نے سنا ہوا تھا کہ زیادہ تر یورپی ممالک میں حاملہ خواتین کو قبل از پیدائش دیکھ بھال کا حق حاصل ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ انہیں حمل کے دوران مدد ملے گی۔ جیسے ہی سیلاماویت کو احساس ہوا کہ وہ حاملہ ہے، تو اس نے اپنے ڈاکٹر سے ملاقات کا وقت لیا۔ سیلاماویت کا شوہر اسے گاڑی پر ڈاکٹر کے پاس لے گیا۔

• • •

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.

ڈاکٹر نے کچھ ٹیسٹ کیے اور پتہ چلا کہ سیلاماویت کو ایک قسم کی ذیابیطس ہے جو کچھ حاملہ خواتین کو ہو جاتی ہے۔ اسے صحت مند غذا کھانے اور ورزش کرنے کی ضرورت تھی۔ سیلاماویت خوش تھی کہ وہ جلدی ڈاکٹر کے پاس چلی گئی، اس سے پہلے کہ وہ اور اس کا بچہ بیمار ہو جاتے۔

• • •

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.

جب اینگا کی ہمسائی نے سنا کہ وہ بچہ پیدا کرنے کی کوشش کر رہی ہے تو ہمسائی نے اسے کہا کہ وہ حاملہ ہوتے ہی ڈاکٹر سے ملے۔ اس طرح وہ اس بات کو یقینی بنا سکتی تھی کہ وہ اور اس کا بچہ صحت مند ہیں۔ ڈاکٹر نے اسے فولک ایسڈ لینے کو کہا، ایک ایسا وٹامن جو حاملہ خواتین کے لیے ضروری ہوتا ہے۔

• • •

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.

اینگا اور اس کی ڈاکٹر نے اس بات پر اتفاق کیا کہ وہ اپنے حمل کے دوران باقاعدہ معائنے کے لیے ایک دائی سے ملے گی۔ دائی نے اسے کھانے اور آرام کے بارے میں مشورہ دیا، اور اپنے آپ کو اور اپنے بچے کو محفوظ اور صحت مند رکھنے کے بارے میں معلومات دیں۔

• • •

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.

دونوں خواتین کے ہاں صحت مند بچوں کی پیدائش ہوئی۔ سیلاماویت کا دوسرا بیٹا پیدا ہوا، جبکہ اینگا کی ایک بیٹی پیدا ہوئی۔ ان کے شوہر بہت فخر محسوس کر رہے تھے، اور انہوں نے اپنی مضبوط بیویوں اور صحت مند بچوں کے بارے میں سب جاننے والوں کو بتایا۔

• • •

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

بچے کی پیدائش

Å føde

LIDA Italia
Sara Dorthea Johannesen
Yasir Tayyab (ur), Espen Stranger-Johannessen (nb)