بچے کی پیدائش

# Å føde


LIDA Italia

Sara Dorthea Johannesen

Yasir Tayyab


4

اردو ur / nynorsk nn

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. Ho fødde det første barnet sitt i Eritrea. Ho og familien hadde det vanskeleg der, så dei bestemte seg for å dra til Italia.

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

• • •

Inga drog heimanfrå like før ho fylte 19. Ho flytta til Noreg og fekk 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۔

• • •

Då Selamawit vart gravid med det andre barnet sitt, lurte ho på korleis det ville vere å få barn i eit anna 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 ho hadde erfaring med å føde. Inga snakka med mora si 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 høyrt 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 skjønte at ho var gravid. Mannen til Selamawit køyrde 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۔

• • •

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.

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۔

• • •

Då naboen til Inga høyrde 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.

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 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.

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 fødde 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

## بچے کی پیدائش

## Å føde

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

CC BY