জন্ম দান

Å føde

- LIDA Norge
- Sara Dorthea Johannesen
- Tahmina Akter
- 4
- বাংলা bn / norsk nb

সেলামাভিটের বয়স ২৯ বছর। সে ইরিত্রিয়ায় তার প্রথম সন্তানের জন্ম দেয়। সে ও তার পরিবার সেখানে কঠিন সময় কাটিয়েছিল, তাই তারা ইতালি যাওয়ার সিদ্ধান্ত নিয়েছিল।

• • •

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.

ইঙ্গা ১৯ বছর বয়স হওয়ার আগেই বাড়ি ছেড়ে চলে যায়। সে নরওয়েতে চলে যায় এবং সেখানে তার প্রথম সন্তানের জন্ম হয়।

• • •

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

সেলামাভিটের গর্ভে যখন তার দ্বিতীয় সন্তান আসে, তখন সে ভেবেছিল যে অন্য কোনও দেশে সন্তান নেওয়া কেমন হবে।

• • •

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

সেলামাভিট আর ইঙ্গা আলাদা জায়গা থেকে এসেছে। সেলামাভিট নিরাপদ বোধ করেছিল কারণ তার প্রসবের অভিজ্ঞতা ছিল। ইঙ্গা তার মায়ের সাথে সন্তান প্রসবের বিষয়ে কথা বলেছিল।

• • •

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.

দুইজন মহিলাই শুনেছিলেন যে, বেশিরভাগ ইউরোপীয় দেশে গর্ভবতী মহিলাদের প্রসবপূর্ব যত্নের অধিকার রয়েছে। এর অর্থ হল তারা তাদের গর্ভাবস্থায় সহায়তা পাবেন। সেলামাভিট যে গর্ভবতী, তা বুঝতে পারার সাথে সাথেই তার ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করেছিল। সেলামাভিটের স্বামী তাকে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যায়।

• • •

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.

ডাক্তার কিছু পরীক্ষা করেছিলেন এবং জানতে পেরেছিলেন যে সেলামাভিটের এক ধরণের ডায়াবেটিস রয়েছে, যা কিছু গর্ভবতী মহিলাদের হয়। তাকে স্বাস্থ্যকর খাবার খেতে ও ব্যায়াম করতে হয়েছিল। সেলামাভিট খুশি হয়েছিল যে, সে ও তার শিশু অসুস্থ হওয়ার আগেই ডাক্তারের কাছে গিয়েছিল।

• • •

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.

যখন ইঙ্গার প্রতিবেশী জানতে পারেন যে, সে একটি সন্তান নেওয়ার চেষ্টা করছে, তখন প্রতিবেশী তাকে গর্ভবতী হওয়ার সাথে সাথেই একজন ডাক্তারের সাথে দেখা করতে বলেছিলেন। এইভাবে সে নিশ্চিত করতে পেরেছিল যে, সে আর তার বাচ্চা সুস্থ আছে। ডাক্তার তাকে ফলিক অ্যাসিড গ্রহণ করতে বলেছিলেন, যা গর্ভবতী মহিলাদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ একটি ভিটামিন।

• • •

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.

ইঙ্গা ও তার ডাক্তার ঠিক করে যে, সে তার গর্ভাবস্থায় নিয়মিত চেকআপের জন্য একজন মিডওয়াইফের সাথে দেখা করবে। মিডওয়াইফ তাকে খাবার ও বিশ্রামের বিষয়ে পরামর্শ দিয়েছিল এবং কীভাবে নিজেকে ও তার শিশুকে নিরাপদ ও ভাল রাখা যায়, সে সম্পর্কে তথ্য দিয়েছিল।

• • •

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.

দু’জনই সুস্থ সন্তানের জন্ম দিয়েছিল। সেলামাভিটের আরেকটি ছেলে ছিল, আর ইঙ্গার একটি মেয়ে ছিল। তাদের স্বামীরা খুব গর্বিত হয়েছিল এবং তারা তাদের শক্তিশালী স্ত্রী এবং সুস্থ সন্তানদের সম্পর্কে পরিচিত সবাইকে জানিয়েছিল।

• • •

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

জন্ম দান

Å føde

LIDA Norge
Sara Dorthea Johannesen
Tahmina Akter (bn), Espen Stranger-Johannessen (nb)