



Të lindësh

Å føde

 LIDA Norge

 Sara Dorteia Johannesen

 Maria Hila

 4

 Shqip sq / nynorsk nn



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.

• • •

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.



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

...

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



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.

...

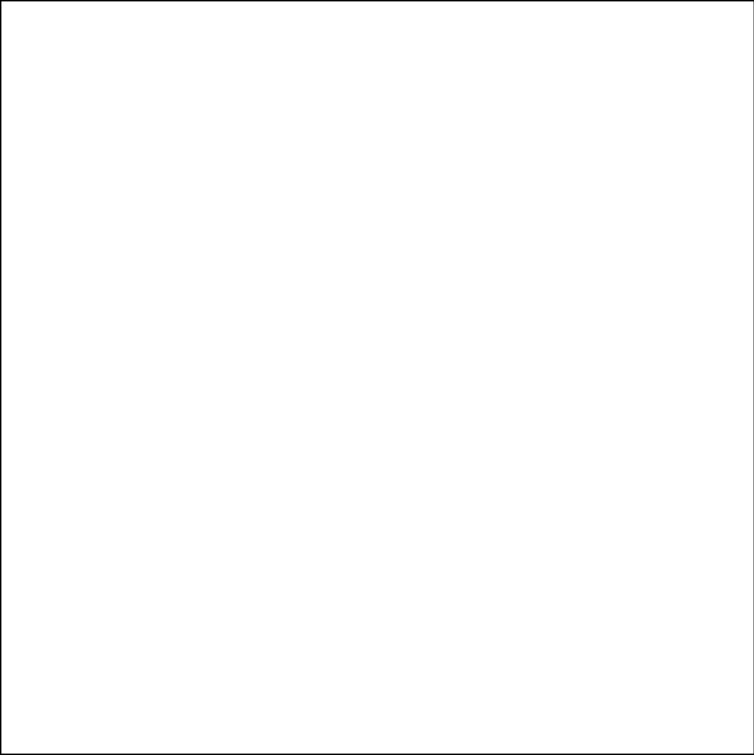
Då Selamawit vart gravid med det andre barnet sitt, lurte ho på korleis det ville vere å få barn i eit anna land.



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.

• • •

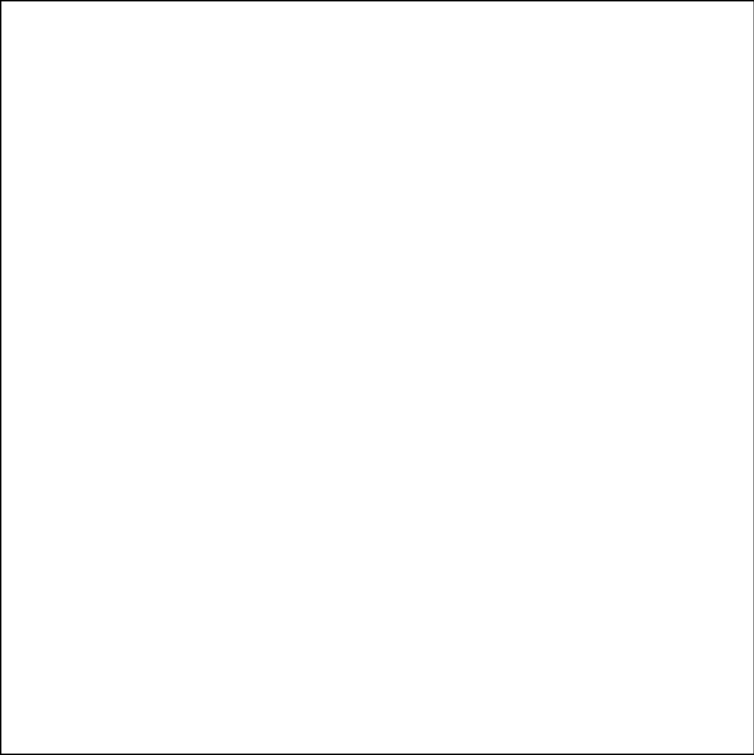
Selamawit og Inga hadde ulik bakgrunn. Selamawit følte seg trygg fordi ho hadde erfaring med å føde. Inga snakka med mora si om å føde.



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.

...

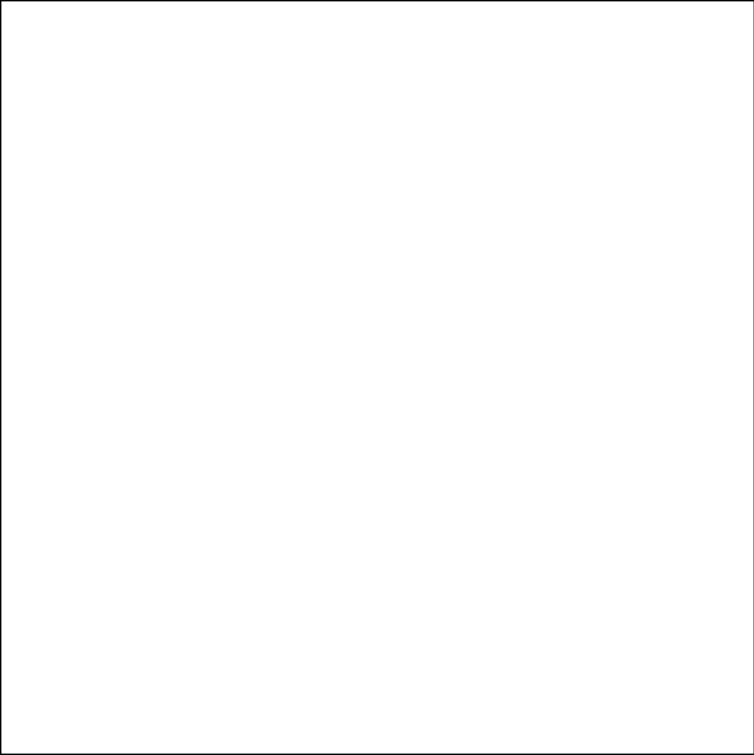
Begge kvinnene hadde hørt at i dei fleste europeiske land har gravide rett til svangerskapskontroll. Det tyder at ein får hjelp under svangerskapet. Selamawit bestilte ein time hos legen sin så snart ho skjønte at ho var gravid. Mannen til Selamawit køyrde henne til legen.



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.

...

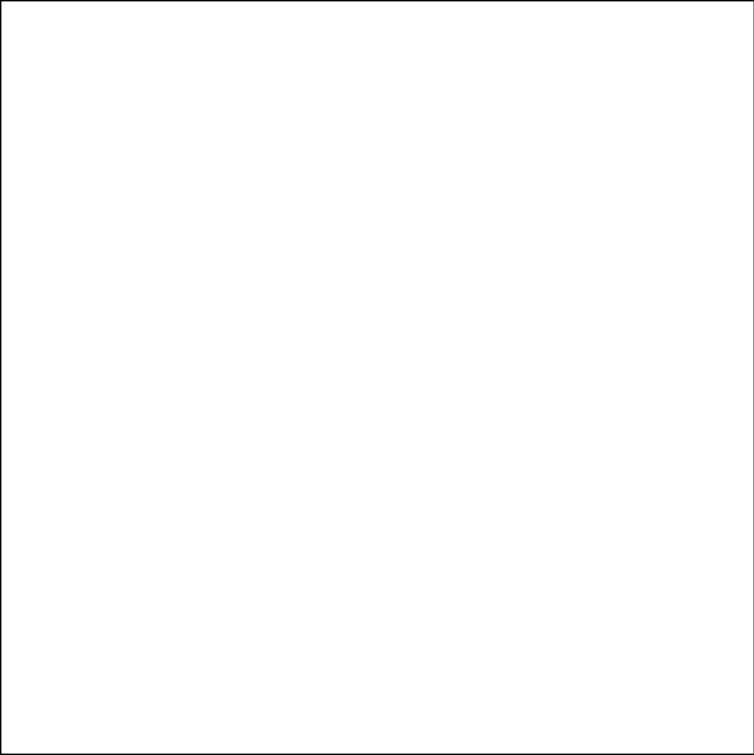
Seinare tok legen nokre prøver og fann ut at Selamawit hadde ein type diabetes som nokre gravide kvinner får. Ho måtte ete sunn mat og trene. Selamawit var glad ho drog til legen tidleg, før ho og babyen vart sjuke.



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.

...

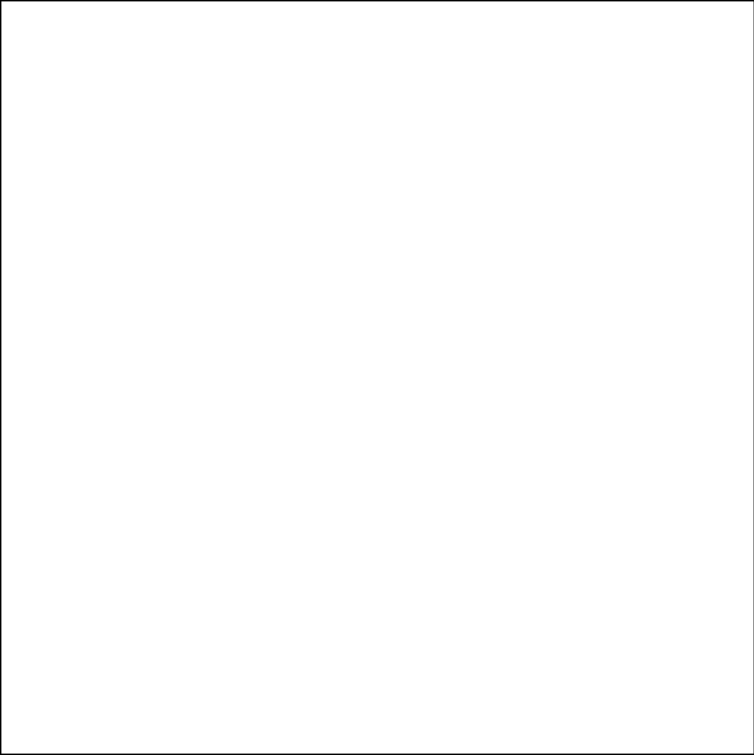
Då naboen til Inga hørde at ho prøvde å få barn, sa naboen til henne at ho måtte gå til legen så snart ho vart gravid. På den måten kunne ho vere sikker på at ho og barnet var friske. Legen sa at ho måtte ta folsyre, eit vitamin som er viktig for gravide.



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

...

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.



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.

...

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

Të lindësh

Å føde



LIDA Norge



Sara Dorthea Johannesen



Maria Hila (sq), Espen Stranger-Johannessen (nn)

