

# الاستشارات العائلية

ولمحاولة في تخفيض مشكل إجهاض الحمل غير المرغوب فيه يقدم موظف الاستشارية معلومات حول الوقاية ومعرفة وسائل منع الحمل وبمنشورات مكتوبة بلغات مختلفة.

ونفس الشيء بالنسبة لطلبات النساء الأجنيات من أجل إجراء فحص السيدا أو فحص الجهاز التناسلي، أو الفحص من أجل الوقاية وتشخيص سرطان عنق الرحم (في هذه الحالات أيضا تقدم لهن منشورات إرشادية بلغات مختلفة).

لكن وربما الأنشطة والمبادرات التي غالبا ما تواجه النساء سواء كن إيطاليات أو أجنيات وخاصة الشابات منهن؛ تتعلق بحماية الأمومة. وتنظم الاستشارات العائلية دروسا مختلفة، بدءا من دروس ما قبل الوضع إلى رضاعة الأم مرورا بتدليك الطفل. يمكن للمرأة أن تستفيد من خدمات أطباء اختصاصيين على مدار الحمل وإلى غاية ولادة الطفل.

يتابع الطفل أيضا خلال نموه، ويوجد في كل استشارية عائلية طبيب أطفال، الذي يعوض طبيب الطفل بالنسبة للأجنبي عديم إذن الإقامة (لا يمكن للأجنبي بدون بطاقة صحية التوفر على طبيب عائلة) ويقوم بمراقبات دورية للطفل.

وأخيرا تقدم الاستشارات العائلية تلقينات للأطفال؛ الإجبارية بالمجان (مضاد الكزاز، مضاد التهاب الكبد ب، مضاد التيتانيك، مضاد الديفتيريا). بينما الفحوصات الاختيارية (مضاد السعال الديكي، مضاد الحمرة) فمؤدى عنها. ويعفى من أداء مقابل التلقينات الاختيارية، من يبرهن من خلال شهادة، تسجيل الطفل في الروض.

تسير الاستشارية العائلية من طرف الوحدة الصحية المحلية، وهو مرفق عام مجاني مخصص عموما لصحة المرأة، وهو الوجهة التي يمكن للأفراد والأزواج والشباب والعائلات التوجه إليها لطلب مساعدة أو سند حول مشاكل اجتماعية وصحية.

المستشار العائلي مطالب برعاية النساء الحوامل مجانا، وإن كن لا تتوفرن على إذن الإقامة بما في ذلك أبنائهن إلى أن يصلوا البلوغ.

الدخول إلى الاستشارات لا يتطلب بطاقة هوية، مجاني وليس ضروريا تقديم أي طلب من طبيب العائلة. الفريق المكون للاستشارات العائلية متكامل جدا: مرشدة صحية واجتماعية، طبيب الولادة، قابلة، طبيب الأطفال، طبيب نفساني وآخرين، يضمون الخدمة الصحية كلها. خلال السنوات الأخيرة سجل ارتفاع كبير للمواطنين الأجانب لا سيما النساء منهم، الذين يقصدون الاستشارات العائلية، المصلحة التي يمكنهم الحصول فيها فضلا على الرعاية الصحية، طلب نصائح من أشخاص دائما رهن الإشارة ومؤهلين.

غالبا ما يكون طلب المساعدة يتعلق بإجهاض حمل غير مرغوب فيه، وهو مشكل منتشر كثيرا بين النساء الأجنيات. في هذه الحالة يكون دور الاستشارات بالدرجة الأولى هو المساهمة لتجاوز الأسباب التي قد تدفع المرأة إلى الإجهاض. وبرغبة أكيدة للمرأة بالإقدام على الإجهاض، يحرر موظف الاستشارية شهادة تثبت حالة وزمن الحمل وموافقة المرأة على الإجهاض، وبواسطة هذه الشهادة تشرع المرأة في الإجهاض لدى أية مؤسسة صحية مرخصة.

القبول بإجراء العملية.

المبررة لأنشطة بعض المستشفيات، يجرى الحمل في العشرة الأيام الأخيرة حيث تصل إلى ما بعد اليوم 80. لكن تذكرى أن الوحدة الصحية المحلية التابعة لها، ملزمة بضمان حقوقك في إجهاض الحمل في أجل 90 يوم كما حددها القانون، أو أن تعمل على الاتصال بمؤسسة قريبة تكون في مستوى القيام به.

تذكرى أنه غير مرخص أي أحد، خلال جميع هذه الإجراءات، الاتصال بأبويك بدون علمك: لا موظف الاستشارية ولا القاضي ولا المستشفى الذي ستجرين فيه الإجهاض.

ما هو الزمن المحدد للإجهاض؟

ماذا يجب أن أنتظر من العملية؟ في إيطاليا يجرى الإجهاض الطوعي للحمل عبر عملية جراحية. رغم أن العلم تطور و اكتشف وسائل جديدة أقل معاناة للمرأة، كاستعمال الأدوية المعتمد في بلدان أوروبية أخرى والذي في طور تجربته في بعض المدن الإيطالية.

ينص القانون الإيطالي على أن الإجهاض مسموح به في ظرف 90 يوم من ابتداء الحمل (بمعنى من أول يوم لآخر دورة شهرية)، التي تطابق بمصطلحات الايكوغرافيا 12 أسبوع و 6 أيام.

الوسيلة المستعملة تتجلى في امتصاص محتوى الرحم، وتتبع دائما بنظافة كبيرة لجوانب الرحم. تدوم العملية حوالي 20 دقيقة. الرجوع إلى البيت يتم خلال 2 أو 8 ساعات بعد العملية أو في اليوم اللاحق لها وحسب المستشفى.

وعموما يمكن أن يتم الإجهاض أيضا بعد هذه الفترة إذا كان الحمل والوضع يشكلكان خطرا على صحة المرأة. وهناك إمكانية مماثلة لها تتجلى في وجود عاهات أو تشوهات خلقية للصبى التي تجسد خطرا كبيرا على الصحة البدنية والنفسية للمرأة.

لكل مستشفى طرفه في التخدير البعض يعتمد التخدير المحلي والبعض يعتمد التخدير الكلي.

يتخذ الإجهاض بعد 90 يوما مفهوما علاجيا (إجهاض علاجي). وستخضعين لجميع التحريات الطبية والاستشارات الاختصاصية التي يطلبها طبيب النساء، وتحتملين من خلالها مسؤولية العملية.

عادة وفي الإجهاض الجراحي ينصح باستعمال التخدير المحلي حيث يمثل خطر أقل للتعقيدات، لكن أغلب النساء اللواتي خضهن لهذه الطريقة شكون من فعل "مشاهدة" العملية.

أين يمكنني حجز إجراء العملية؟

عموما، تجرى مراقبة خلال أسبوعين بعد إجراء العملية، لاقتراح وسيلة ما لمنع الحمل.

بشهادة الطبيب، يمكنك حجز موعد إجراء عملية الإجهاض بعد تأمل وتفكير لمدة 7 أيام وذلك في مستشفى عمومي أو في مؤسسة علاج مرخص لها من الجهة (هذه الإمكانية متوفرة فقط للإجهاض في فترة أقصاها 90 يوم من الحمل).

عادة يحرر نفس المستشفى الذي أجريت فيه العملية، وصفة أقرص مانعة للحمل، تؤخذ في نفس مساء العملية (الذي يعتبر كأول يوم للعادة الشهرية).

ومن الأفضل - إذا أمكن- أن تتم العملية في أقرب وقت، وعموما، ولأسباب أوقات الانتظار والتخفيضات غير

# لا أريد طفلا.. ماذا يمكنني أن أفعل؟

تتقين فيه.

بقوة القانون، يبحث معك الطبيب حوللا أخرى عوض الإجهاض. يخبرك إذن بحقوقك إذا قررت الذهاب بعيدا بحملك، يشرح لك الدعم الذي يمكن للدولة أن تقدمه لك إذا قررت تربيته، وبالمقابل يقول لك كيفية التنبئ إذا رغبت في إجهاضه وعدم الاعتراف به. في هذه الجلسة يمكن أن يشاركك زوجك أيضا إن أردت أنت.

تقدم للنساء في وضعية صعبة في العديد من الاستشارات، لقاءات مع المرشد الاجتماعي أو الطبيب النفسي، خاصة إذا كان الطلب بسبب صعوبة اقتصادية، اجتماعية، عائلية أو صحية. يتعلق الأمر بمقترح وليس بإجبار وفي كل الأحوال يحتفظ بسرية هويتك وهوية الشخص الذي تشيرين إليه كإبيك مثلا.

إن لقاء مع مستشار يمكن أن يكون ثمينا بالنسبة لك خاصة في ظروف صعبة كهذه، لتوضيح أفكارك أكثر حول ماذا تريدان وماذا يمكنك فعله، لا سيما إن كنت تشعرين أنك مدفوعة إلى التخلي على طفل ترغبين فيه. يبحث معك المستشار الأسباب التي تدفعك إلى إجهاض الحمل، يحاول أن يساعدك على تعرية الأسباب، يضعك في مستوى إعطاء قيمة لحقوقك كعاملة وكأم، ويقدم لك كل الدعم قبل وبعد الوضع.

عند نهاية الجلسة، يقتضي القانون أن يدعو الطبيب إلى فترة تفكير لا تقل عن 7 أيام وأن يسلم إليك شهادة تثبت إجراء الجلسة. وتخصص هذه الفترة لمزيد من التفكير حول قرارك، ويبقى أمر التراجع قرار الإجهاض مقبولا في أية لحظة، وحتى على سرير العملية الجراحية. لكن إن ارتأى الطبيب أنه هناك حالات استعجال، فإنه يعفك من التزام التفكير لمدة 7 أيام حيث يسلم إليك شهادة بإشارة "مستعجل".

ما ذا يمكنني أن أفعل إن كنت قاصرة؟

إن كنت قاصرة تريدين إشراك أبويك في قرارك، يجب أن يصطحبانك إلى الطبيب للتوقيع معك على الشهادة. لكن إذا لم تستطيعي أو لا ترغبين في الحديث مع أبويك، فإن الشيء الأفضل هو أن تصدي وحدك أقرب استشارية. هناك يجعلك المستشار الاجتماعي أو الطبيب النفسي في اتصال مع محكمة الأحداث (القاصرين) التي تعين لك قاضيا وكليا يوقع عوض أبويك على

قرارك بأن يكون لك طفلا أم لا حر وشخصي.

وإن كنت لا تريدين الذهاب بعيدا بحملك أو لا تستطيعين فعل ذلك لسبب ما. فالقانون الإيطالي يضمن لك حرية الاختيار. الإجهاض قانوني في إيطاليا منذ 1978. ويمكن لجميع النساء الأجنبيات، وحتى عديمت إن الإقامة منهن، الاستفادة من المؤسسات الصحية الإيطالية بدون أي ثمن.

## الإجهاض الطوعي للحمل

من يقرر الإجهاض؟

إن قرار إجهاض الحمل يمثل دائما لحظة صعبة و مأسوية في حياة امرأة، ولا يمكن لأية امرأة أن تواجهه بسطحية أو باستخفاف.

ومن الأسباب المعروفة التي يمكن أن تدفع إلى الإجهاض هي:

- لا تحسين بالاستعداد أن تصبحين أما.
- لا تستطيعين السهر على نمو الإبن.
- لا تريدين أن تكوني أما وحيدة.
- لا تريدين أن يعرف أنك حامل.
- لا تريدين أطفالا آخرين.
- يريد زوجك أو أبأوك أن تجهزين الحمل.
- تحملين أنت والجنين مشاكل صحية.
- كنت عرضة لاغتصاب.

إذا اكتشفت أنك حامل ولأسباب شخصية قررت عدم استمرار الحمل، فإن القانون الإيطالي يعطيك إمكانية الإجهاض في ظرف 90 يوما من الحمل (بحسب من أول يوم من ابتداء آخر عادة شهرية).

إذا قررت الإجهاض ما هي الخطوات التي يجب أن أقوم بها؟

إن الدولة الإيطالية تضمن حق الإجهاض في حدود 90 يوم الأولى من آخر عادة شهرية، ولهذا إن كنت ترغبين في وقف الحمل، فعليك أن تقررين في أقرب وقت. اليوم الإجهاض مضمون لكن المخاطر تكبر مع مرور الوقت.

أول شيء تقومين به، اتصلي بطبيبك موضع الثقة: طبيب النساء في استشاريتك، طبيب العائلة أو أي طبيب

# إذا كنت لا أريد أولاً أستطيع تربية ابني؟

يعين لك المستشفى مساعدة اجتماعية لرعايتك وإخبارك بالإعانات التي تستند إليها، سواء في حالة اعترافك بالطفل أو غير اعترافك به.

إذا لم تعترف في بطفلك في ظرف 10 أيام، يخبر المستشفى قاضي الأحداث بالمولود الجديد، يتخذ له اسم في مكتب الحالة المدنية للبلدية التي ولد فيها وسيكتسب الجنسية الإيطالية.

في وقت وجيز، وفي خضم 10 أيام، يعهد الطفل إلى عائلة متبينة التي ستسهر على العناية به وتعطيه وضعية الابن المشروع.

## التدخل العائلي

إذا كنت تمرين بظروف صعبة (مرض، سجن، صعوبات اقتصادية، تربية...) وفي الوقت الذي لا يمكنك فيه العناية بطفلك، وكبديل يمكنك أن تعطيه للتكفل به مؤقتاً من طرف عائلة في مستوى ضمان العناية به، وتربيته وتعليمه وتقديمه العلاقات العاطفية التي يحتاج إليها. يمكن أن يكون التكفل في النهار أو بصفة متقطعة (محصور في عدد الساعات في اليوم)، أو بالسكن (أن يعيش القاصر لمرحلة من الزمن عند عائلة متكفلة به ويبقى مرتبطاً بالعلاقات واللقاءات مع عائلته الطبيعية). يمكن أن يكون التكفل عائلياً أو من طرف الآخرين (يقصد بالآخرين العائلات التي ليس لها قرابة عائلية مع القاصرين المتكفل بهم). تحدد المصالح الاجتماعية من بين القدرات العائلية المتكفلة، العائلة الملائمة لاحتياجات طفلك وأسرتك.

مدة التكفل مؤقتة (من أشهر قليلة إلى 2 أو 3 سنوات قابلة للتجديد إن اقتضى الأمر). يرجع لك الاتفاق مع العائلة المتكفلة حول أيام وتوقيت زيارتك لابنك، ويجب عليك أن تسهر حتى تتجاوزي ظروفك الصعبة في وقت معقول. مهم جداً التذكير أن التكفل خدمة مؤقتة وليس تبنيًا دائماً.

عندما تضعين، يكون لك الحق في الاختيار في ظرف عشرة أيام من ميلاد الابن، أن تعترفين به أم لا، هل تتحملين مسؤولية تربيته وكبره أم تتركينه في أيدي المؤسسات الإيطالية أولاً وإلى عائلة متبينة تبعاً.

## التبني

إذا اخترت أن يرى ابنك النور، لكن لا تريدين الاحتفاظ به أو العمل على كبر أو صعوبات نموه قاسية، لك الحق بأن لا تعترفين به وتعطيه قصد التبني بحكمة مطلقة لأحد العائلات التي تحضنه كأنه لها.

إنه اختيار صعب، لكن عدد كبير من النساء تغمرهن الفرحة بمعرفة أن ابنهن سيكون محباً وسيعيش في بيئة عائلية منسجمة.

عدم الاعتراف بطفل وضعته ليس جريمة. يحاول القانون أن يجعل قرارك هذا مرناً أكثر.

يكفي أن توضحى للأطباء قبل الولادة أنك لا تنوين الاعتراف بالمولود الجديد. لا يخبر بك لاية سلطة ولن تحمل شهادة الوضع أية معلومات عنك، وهذا يجعل أمر تحديد هويتك كأم للمولود الجيد مستحيلاً.

كل موظفي المستشفى والمساعدين الاجتماعيين ملزمين باحترام سرية المرأة وكل ما يتعلق بها.

وحتى إن كان أبوه يرغب في الاعتراف بالابن، فلا يحتاج قراره لتحديد هويتك.

إذن، إذا قررت أن تعطيه للتبني، سيجرى الوضع في سرية تامة: لا أحد يعرف أنك وضعت أو أنك أم ذلك الطفل.

لن تكوني مضطرة أن تضعي طفلك وحدك بدون مساعدة طبية، لن تخجلي أو لا تستشري، وأكثر من هذا لن تهمل طفلك في الطريق.

وإذا كانت لديك شكوكا بعد الحمل، لك الحق في مرحلة تفكير حتى تتخذين اختيارك في الاعتراف بهدوء واستقلالية.

### تربية الطفل وحيدة:

كل الأيام. يكون لك الشرف العظيم في مساعدة طفلك أن يصير بالغاً مسروراً، مستقلاً ومسؤولاً. لكن طلب عزمك في هذا الدور سيكون مضبوطاً ومستمرًا وحريرتك ستصبح مقيدة ورهن احتياجاته.

إن تربية طفل لوحدك يمكن أن تكون صعبة ويمكن أن تُعطي ارتياحاً عميقاً لكنها تمثل دائماً مسؤولية كبيرة. ستكون سهلة مواجهتها إن وجدت وسلكت جميع المساعدات الممكنة. اعلمي أبويك وأصدقائك الذين تتقين في سندهم قبل أن تُصبحي أما وحيدة.

كبر الطفل يتطلب الكثير. والعناية بنفسك وبطفلك سيكون تحدياً كبيراً، ولو كان لك عملاً أو مساعدة من الدولة. من جانب آخر، العمل على كبر طفلك لوحدك يعني ألا تقبلي الوعود واختيار شريك خاطئ. يعني بعد ذلك أن طفلك سيكبر معكما – بقيمك، بمبادئك، بعقيدتك، وفي إطار احترام ميولاته.

وليس سهلاً ولو بمساعدة الأبوبين والأصدقاء نمو طفل لوحدك. متطلبات ابنك تتغير باستمرار وتتغير أيضاً قدراتك لتلبيتها.

إن طفلك في حاجة إلى حبك وإلى استئناسك له اليوم كله،

**إذا لم يضر لحي عمل. فهل بإمكانني التمتع بالرعاية؟**  
يقتضي القانون الإيطالي وبهدف حماية الأمومة، أداء التعويضات من طرف المعهد الوطني للحماية الاجتماعية أو من طرف مؤسسة حمائية أخرى إلى المرأة العاملة في حالة الحمل.

#### العناية بالأسرة

عدد كبير منا يرغب في وجود رفيق حياة لبناء أسرة لتقاسم المسرات، المسؤولية والصعوبات.

بالنسبة للقانون الإيطالي، فإن الأسرة الحقيقية والمسماة أيضا المشروعة هي تلك المبنية على زواج يتمتع الزوج والزوجة فيه بنفس الحقوق والواجبات في ما بينهما وتجاه الأبناء.

ونحي القضاء الإيطالي مؤخرا منحى قانونيا إضافيا حصره في اتحاد مستقر مبني على العاطفة المتبادلة والمقبولة للتعايش، بين شخصين غير متزوجين. إنها حالة ما يسمى بأسرة الأمر الواقع أو بالتعايش.

في ما يخص حقوق الأبناء وحمائهم من طرف القوانين الإيطالية، فلا يوجد فرق بين أطفال ازدادوا من علاقة طرفين متزوجين أو متعايشين.

بالزواج أو بعدمه، قد تعرف علاقة الطرفين نجاحا إذا التزم الطرفين بتفعيل العلاقة وإذا فهما ما ذا ينتظر كل طرف تجاه الآخر من خلال هذه العلاقة.

لكن تذكرني أنه يمكن للطفل أن يحمل البهجة والارتياح الكبير، ويمكنه في أن واحد أن يخلق أفضل الضغوطات على العلاقات. إذا كان التزامكما غير صلب، وبالتالي يمكن لعلاقة الزوجين أن تفشل.

إذا اخترت أن يكبر طفلك مع شريكك، وتريدون أن تأخذوا بعين الاعتبار فرضية الزواج به أو التعايش معه.

تساءلي:

- إن كان والداك أو والداه يضغطون عليكما بهدف الزواج.
- إن كنتما مستعدان لتكوين أسرة عاطفيا وماديا.
- إن كنتما تعرفان ماذا ينتظركما.
- إن كان الزواج قد يجعلكما أقل حيفا في ما يخص الجنس.
- إن كان هو على علم بضرورة اقتسام مسؤولية عناية الأطفال والمنزل.
- هل أنت مؤهلة لتصبحين أما وحيدة إذا لم تجر الأمور بينكما على أحسن ما يرام.

تأملي في الأجوبة التي تقدمينها وناقشها مع رفيقك، أحد أفراد عائلتك، صديق لك أو مع أحد المستشارين العائليين.

في حالة البطالة أو إذا كنت رب بيت – إيطالية أو أجنبية حاملة لبطاقة الإقامة- يمكنك طلب تعويض للأمومة مقداره 258 أورو شهريا بعد ميلاد الطفل ولمدة خمسة أشهر وقبل ستة أشهر من سن الطفل. تقدم مكاتب العلاقات مع العموم للبلديات ومختلف مراكز الرعاية الضريبية معلومات حول كيفية تقديم الطلب والاستفادة من التعويض.

إذا كنت لا تتوفرين على عائلة وكنت في ظروف اقتصادية صعبة – سواء كنت إيطالية أو أجنبية بإذن الإقامة- يمكنك الاتصال بالمصالح الاجتماعية للبلدية لطلب مساعدة للبحث عن تسوية في دار العائلة خلال فترة الحمل وبعد الفترة اللاحقة للولادة و مساعدة اقتصادية بالنسبة للفترة التي تلي ازدياد الطفل.

#### ما ذا يحدث إن كنت لا أتوفر علم إذن الإقامة؟

إن كنت أجنبية في حالة حمل ولا تتوفرين على إذن الإقامة فلا يمكن طردك حتى يبلغ طفاك شهره السادس من العمر. ولا يمكن أن يطرد وفي نفس الفترة زوجك الذي دخل إلى إيطاليا بطريقة غير شرعية وكان يعيش معك.

ولك الحق في طلب إذن الإقامة لأسباب الحمل من مركز الشرطة المركزي. حيث يجب عليك بيان معلوماتك الشخصية، مكان السكن، تقديم 6 صور شخصية، تنبر من فئة 11.00 أورو وشهادة تثبت حالة الحمل والتاريخ المرتقب للوضع مسلمة من طبيب الوحدة الصحية المحلية أو من مركز استشاري.

عندما تحصلين على إذن الإقامة يمكنك التسجيل في الخدمة الصحية الوطنية التي تسمح لك بالاستفادة من إعفاء أداء التيكيت وجميع الفحوصات التشخيصية والمختبرية المختصة التي تهدف إلى رعاية الأمومة.

لكن تذكرني أن إذن الإقامة من أجل الحمل لا يسمح لك بالخروج من التراب الإيطالي، ولا العمل ولا يمكن أن يتغير إلى صنف آخر من إذن الإقامة، ما عدا في حالات خاصة.

# أريد أن يولد لدي طفل

عمل مؤدى عنها لاجتياز فحوصات طبية أو اختبارات اختصاصية. وللحصول عليه يجب أن تقدمي شواهد تثبت التاريخ والساعة للفحوصات.

في الشهرين الأخيرين من الحمل وإلى حدود الأشهر الثلاثة بعد الوضع، يلزمك القانون بالتغيب عن العمل. لكن لك إمكانية في العمل إلى حدود شهر واحد قبل الوضع على أساس أن تقدمي شهادة طبية تثبت أن حملك عادي وأن ظروف العمل ليست خطيرة. وتعتبر فترات الإجازة مثلها مثل النشاط العملي بكل معاييرها بما في ذلك تنقيط الأقدمية.

خلال فترة إجازة الحمل تتقاضين بقوة القانون 80 في المائة من أجرك، سواء كنت عاملة عند الآخرين أو تمارسين عملاً مستقلاً (مقاول، تاجرة، فلاحه مباشرة، مستثمرة فلاحية). لكن في حالة العمل عند الآخرين ممكن أن يكون العقد الجماعي لفتتك يقتضي أجراً كاملاً.

إضافة إلى الإجبار على المكوث في البيت خلال الأشهر الثلاثة بعد الوضع، لك الاختيار في التغيب عن العمل لمدة ستة أشهر أخرى، عشرة إن كنت وحيدة، وتتقاضين 30 في المائة من الأجر.

عندما تضعين حملك، وكعامله عند الآخرين يكون لك الحق في فترتين من الاستراحة يومياً، تسمح لك ليس فقط بارضاع ابنك، بل وبكل بساطة أن تكوني قريبة منه: ساعتين في اليوم بالنسبة لتوقيت عمل يعادل أو يفوق 6 ساعات يومياً، وساعة في اليوم بالنسبة لتوقيت عمل يقل عن 6 ساعات يومياً.

في حالة التوأم تتضاعف ساعات الاستراحة ويمكن أن تستغل بالتزامن من طرف الأبوين معاً. وأخيراً، يمكن للأب وللأب على السواء، وبالتناوب، ولو نفذت إجازتهما؛ التغيب عن العمل في حالة مرض الطفل، وبنقاضي الأجر. بالنسبة للسنوات الثلاثة الأولى للطفل رهن إشارتهما 30 يوم في السنة مقسمة، بينما من سن الثالثة إلى سن الثامنة للطفل، فمسموح بـ 5 أيام فقط لكلي الأبوين.

في أغلب الأحيان تقتضي العقود الجماعية بأداء التغيبات فقط خلال الثلاث سنوات الأولى للطفل.

إذا قررت أن أصبح أما. ما هي المساعدات التي تقدمها لي إيطاليا؟

إذا قررت أن تصبحين أما فإن الدولة الإيطالية تساعدك على الذهاب بحملك إلى آخره ضماناً لك منصب الشغل، مقدمة لك الرعاية الطبية، التمويل والدعم، وأخيراً إذا كنت لا تتوفرين على إذن الإقامة فلا يمكن طردك.

## هل لي الحق في رعاية طبية؟

في إيطاليا، لكل امرأة سواء كانت إيطالية أو أجنبية الحق في المراقبات الصحية المجانية بقوة القانون في المراحل المحددة للحمل.

تقتسم شهور الحمل إلى أسابيع، تتطلب كل منها مراقبات خاصة لحالتك الصحية وحالة طفلك.

المراقبات الأساسية مجانية (يتوفر طبيبك على لائحة المراقبات).

بينما يوجد عدد كبير من التحاليل غير المجانية وهي على عاتق الأم. باستثناء الفحوصات الاختصاصية التي يرى طبيبك ضرورية كاختبار لمعرفة تشوهات الجنين.

هكذا إن كنت في سن يفوق 35 سنة، أو كنت قد أنجبت طفلاً يحمل عاهات أو تبين أنه هناك تشوهات في الإيكوغرافيا. في هذه الحالة غالباً ما يحرر الطبيب اختبارات لتشخيص الأمراض الكروموسومية خاصة داء التخلف العقلي Down.

عندما يولد طفلك، لك الحق في فحوصات اختصاصية، تحاليل مختبرية وتحريات طبية أخرى مجانية إلى غاية سن السادسة.

يجب أن تتم كل الاختبارات بناء على وصفات طبية وفي بنيات عمومية (مستشفيات، استشاريات) أو لدى بنيات خصوصية متعاقدة مع المصلحة الصحية المحلية.

## ما هي الضمانات التي أتمتع بها على مستوى العمل؟

إذا كنت تتوفرين على عقد عمل عند الآخرين وكنت حاملاً، لا يمكن طردك إلى أن يبلغ طفلك سنة كاملة من العمر، ما لم تتعرض الشركة التي تعملين فيها للإفلاس، أو اقترفت خطأ كبيراً في العمل ولسببه تم طردك أو انتهى عقد عملك.

إذا كنت حاملاً، لك الحق في الحصول على تراخيص

• ما هي قيمي الأدبية والعقائدية؟

لكن المخاطر تتفاقم مع مرور الوقت. من جهة أخرى تضمن الدولة الإيطالية الإجهاض فقط في 90 يوم من الحمل.

تحدثني عن مشاعرك مع شريك حياتك، مع فرد من عائلتك أو صديق وفي لك، يمكن لأحد ما أن يقدم لك دعماً. أو ناقشي البدائل الممكنة مع مستشار ما بالاستشارية العائلية، الذي يساعد على تحريك من الضغوطات التي تدفعك إلى أخذ قرار ضد إرادتك.

في انتظار تقرير ما العمل، اعتني بنفسك أولاً. وإذا قررت - بعد ذلك- أن يكون لك طفلاً، مهم جداً أن تسلكي حياة سليمة. تناول الطعام بشكل سليم وطبيعي - فواكه وخضار كثيرة وطرية، خبز، أرز، معكرونة، شعير، اجتنبي المأكولات المقلية والحلويات، لا تتناولي السمك أو اللحم غير المطبوخ. حافظي على لياقتك البدنية. اسلكي حياة نشيطة ومارسي رياضة رائعة. حاولي أن تستريح في النهار والنوم جيداً في الليل. لا تشربي المشروبات الكحولية ولا تدخني. لا تأخذي الأدوية - ولو أسبيريين عادية- بدون استشارة طبيبك.

### كم عندي من الوقت كي أقرر؟

إذا قررت أن تصبحين أما وتريدين من أجل ذلك الاستمرار في الحمل، يجب الاتصال في وقت وجيز بالاستشارية (تجديد اللانحة في هذا الكتاب) أو بطبيب النساء الذي تثقين فيه ليحرر لك التحاليل الضرورية لمراقبة أن يمر كل شيء على أحسن ما يرام. إذا كنت تريين أن إجهاض حملك أمراً محتوماً، يجب أن تقريري في أقرب وقت ممكن. الإجهاض مضمون اليوم،

# وإن كنت حاملاً؟

على وضعية "حامل" أو غير "حامل" (يمكن أن تختلف الرموز حسب اختلاف الأنواع). وتبين نافذة صغيرة هل الاختبار مر على أحسن حال أم لا. في حالة خطأ في الاستعمال تبقى النافذة فارغة.

في دقائق قليلة يمكنك معرفة النتيجة ب 99 في المائة من اليقين، لكن يجب أن تتبعي كيفية الاستعمال بدقة.

يكون الاختبار غير فاشل إذا كان إيجابياً، ويمكن أن يكون سلبياً (في حالة الحمل) إذا تم القيام به قبل وأنه أو بعد نهايته.

أغلب التحاليل تكون محل ثقة ابتداء من أول يوم لتأخر العادة الشهرية. وإذا كان لديك شكوكا أعدي التحاليل بعد 3 أيام إذا كان النتيجة الأولى سلبية.

للتوصل لتأكيد آخر، تعيد عادة النساء التحاليل في المختبر.

إذا كانت التحاليل إيجابية، ستكونين في حاجة إلى اختبار الرحم. حيث يقيس الطبيب رحمك لمعرفة متى ابتدأ حملك. إلى أي مدى يمكنك التقرير وماذا ستفعلين.

## أنا حامل: ما هي الاختيارات التي أتمتع بها؟

معرفة كونك حامل قد يغمرك على إثرها الفرح و السرور، لكن في بعض الحالات اكتشاف أنك حامل يمكن أن يؤدي بك إلى حالة الاكتئاب.

لديك ثلاث اختيارات، إن كنت حامل:

- يمكنك أن تختاري أن يكون لك طفل وتسهرين على تربيته أنت.
- يمكنك أن يكون لك طفل وتعهدين بالتكفل به أو تبنيه إلى آخرين.
- يمكنك أن تجهزي الحمل.

لا يوجد اختيار صالح للجميع. قومي أنت الاختيار الأصح لك. التقرير ليس سهلاً طبعاً. يجب أخذ بعين الاعتبار عوامل مختلفة.

تساءلي؟

- ما هو الاختيار الذي يمكنني الاقتناع به؟
- ما هو الاختيار الذي ربما يكون مستحلباً بالنسبة لي؟
- كيف يكون عبء كل هذه الاختيارات على حياتي اليومية؟
- ما ذا تعني هذه الاختيارات كلها بالنسبة للأشخاص القريبين مني؟
- ما هي مشاريعي بالنسبة للمستقبل؟

"إن كنت حاملاً؟" أسئلة تضعها النساء مرات عديدة في الحياة - خاصة بعد تأخر العادة الشهرية.

مؤشرات إمكانية الحمل مبدئياً هي: تأخر العادة الشهرية. انتفاخ الثدي. دوار وصداع. قيء. عياء مستمر. الحاجة إلى التبول المستمر. فقدان الشهية. وفي مرحلة ثانية: نهد أكبر. اسوداد حلمة الثدي. تسربات شديدة من الفرج. بطن منتفخ. حركة في البطن.

إذا كنت تحسبن أنك حامل، حاولي الإجابة على مجموعة من الأسئلة بشكل حر ومسؤول.

تسألي مع نفسك:

- هل أنا مستعدة لأن يكون عندي طفل في هذه اللحظة؟
- هل ممكن تربيته مع الأب؟ هل هو الاختيار الأفضل بالنسبة لي؟
- هل تربيته وحدي اختيار صحيح؟ هل أكون في المستوى؟
- ربما أفضل أن يعطى للآخرين التكفل به أو تبنيه؟
- هل يمكنني اعتبار الإجهاض حلاً مثالياً؟

يجب أن تختارين الحل الأفضل بالنسبة لك، لكن تيقني هل أنت حامل أو لا.

## كيف أتقرر أنني حامل؟

لا تأتيك العادة الشهرية؟ إذا كانت لك علاقة جنسية أو لا تستعملين وسائل منع الحمل، أو تستعملين وسيلة العزل، أمر حملك ممكن.

مباشرة بعد اليوم الأول للتأخر يمكنك معرفة ذلك من خلال اختبار للبول.

يمكن أن يتم الاختبار في منزلك، بشراء وسائل خاصة بذلك من الصيدلية، (ثمناً عموماً لا يتعدى 15 أورو)، في مختبر عمومي أو خصوصي للتحاليل (بوصفة طبية من طبيب العائلة).

الوسائل التي تباع في الصيدليات، تستعمل لاختبار البول وتبين ما إذا كان هناك وجود لهرمونات HCG في البول (الذي لا يوجد في امرأة غير حامل).

تستعمل أغلب الاختبارات بنفس الطريقة، بوضع الوسيلة في قارورة البول (بول جديد) أو تحت رمي البول وقراءة النتيجة بعد 3 دقائق. حيث يبين الخط الأزرق أو العلامة

النساء استعماله بأقل خطر للتعرض للتعقيدات أو التأثيرات الجانبية. لا تتوفر الوسائل الأخرى لأية عوارض جانبية (الواقعي، الصفوق، الامتصاص المرحلي). يجب أن يكون قرارك بعدم الإنجاب في المستقبل، نهائياً. يجب أن تكوني متيقنة يقيناً مطلقاً بالألا تغييرين فكرتك أبداً أو تندمين على اختيارك في المستقبل – لا يهم كيف ستتغير حياتك -. ناقشي مع شريكك، فكري جيداً ماذا يعني هذا الاختيار بالنسبة لك ولعلاقتكما.

**منع الحمل في حالة الاستعجال**  
 "فرص اليوم اللاحق" ليس وسيلة ضد الحمل ويجب أن يستعمل فقط في حالة طوارئ. يتعلق الأمر بأقرص ذات مكونات مرتفعة تستعمل مباشرة بعد ممارسة غير محمية. من الأفضل أن تؤخذ الأقرص بعد انقضاء 48 ساعة على العملية الجنسية أو 72 ساعة كاقصى تقدير. تصل الفاعلية إلى 75 في المائة إذا ما تم تناول هذه الأقرص بصفة دقيقة.  
 هناك كبديل آخر، يتجلى في إدخال خيط في طرف 5 أيام من ممارسة مهددة. والفاعلية في هذه الحالة حوالي 99 في المائة.

للدورات. هنا ضروري تعاون الشريك.

#### العزل

(الفاعلية الواقعية 73 في المائة - الفاعلية النظرية 96 في المائة)  
طريقة تقتضي سحب القضيب من فرج المرأة قبل القذف. وهي طريقة جد مشاعة لكن فاعليتها متوقفة على استعمالها الصحيح.  
العدد الكبير من حالات الحمل الغير المرغوب فيه الذي ينتج بعد استعمال هذه الطريقة، لا يعني أن الرجل لا يتحكم في نفسه أثناء القذف بل قد ينتج ذلك عندما تتسرب نقطة من المني قبل الاستمناة الحقيقي. وهذا يمكن أن يحدث في أية ممارسة جنسية.

#### التعقيم

(الفاعلية عند الإناث 99,5 في المائة - الفاعلية عند الذكور 99,9 في المائة)  
التعقيم عبارة عن عملية جراحية بهدف ضمان عدم قدرة دائمة على الخصوبة.  
يتم التعقيم عند الإناث بسد قنوات المرأة عند التقاء المني بالبويضة. بينما عند الذكور فتسد القنوات المعنية بنقل المني إلى السائل الخاصب.  
يتم التعقيم في العيادة أو في المستشفى، بتقنيات أقل ألما بواسطة تخدير محلي ويحسم فيه في يوم واحد في المستشفى.

يعتبر اختيار بالنسبة للأشخاص الذين قرروا أنهم توصلوا إلى وضعية أسرة مثالية أو الأشخاص الذين لا يرغبون في الأطفال.

يتوصل إلى حماية عالية ضد الحمل في عملية واحدة للمدة المتبقية من سن الخصوبة، بدون تأثيرات هامشية وبدون اللجوء إلى استعمال وسائل يمكن أن تكون قليلة العملية بالنسبة لأسلوب حياتك.

ليس للتعقيم أي تأثير على الوظائف الجنسية العادية (الانتصاب، الشهوة) ولا على اللذة الجنسية، لكنه ليس فعالا في مقاومة انتقال الأمراض المعدية.  
تذكر أن التعقيم وسيلة لمنع الحمل الدائم ولهذا يجب أن يتخذ الاختيار بفائق التبصر.

قدرتي كل الوسائل الأخرى قبل اعتماد التعقيم. جميع الوسائل المانعة للحمل المتجددة تضمن لك حماية تصل إلى 97 في المائة (الأقراص، السلك) ويمكن لأغلب

ساعات من آخر ممارسة.  
يمثل حاجزا أليا بين الفرج و منطقة الرحم ويضع قائل المني في اتصال مباشر مع عنق الرحم.  
لاستعمال الصفق يجب الخضوع لفحص طبي، لاختيار نوع وحجم الصفق الذي يجب أن يكون متماشيا مع حجم الفرج.  
يمكن أن يوقف استعماله في أية لحظة. يمنح وقاية عالية لكن يجب أن يستعمل قبل أية ممارسة جنسية ويجب أن يوضع بطريقة مضبوطة.

#### الواقي

(الفاعلية الحقيقية 85 في المائة، الفاعلية النظرية 98 في المائة)  
الواقي عبارة عن قطعة مطاطية يستعملها الرجل على فرجه في حالة الانتصاب قبل أية ممارسة جنسية لمنع تسرب السائل المنوي إلى الفرج.

**إن الواقي هو الوسيلة الوحيدة الفعالة لمنع الحمل الوقاية من خطر عدوى الإصابة بداء فقدان المناعة المكتسبة (السيدا).**

يقي الرجل من العدوى بواسطة الاتصال المباشر بالفرج. وبقي المرأة من الاتصال المباشر بواسطة الفرج أيضا. لتكون للواقي فعالية في الحماية من الحمل أو انتقال الأمراض كالسيدها، يجب أن يستعمل بكيفية مضبوطة قبل أية ممارسة جنسية سواء كانت عبر الفرج أو الدبر أو الفم.

إن الاستعمال في غير محله، وعيوب الصنع أو الاحتفاظ غير المناسب يمكن أن تؤدي إلى تمطط الواقي أو إلى تسريب السائل المنوي.  
لكن يبقى دائما الوسيلة الناجعة للوقاية من الأمراض الفتاكة.

#### وسائل طبيعية

(الفاعلية الحقيقية 75 في المائة، الفاعلية النظرية 91 - 99 في المائة).

تسمى مانعة الحمل تلك الوسائل (الحرارة الأساسية Ogino-Knaus, Billings) المبنية على الابتعاد على الممارسة الجنسية أو استعمال الواقي خلال فترة الخصوبة، بالحساب وفق مختلف الطرق.  
فاعلية هذه الوسيلة ضعيفة، نظرا لصعوبة معرفة علامات التبويض من جهة، ونظرا للتغيرات الممكنة

عادة من طرف المرأة " الأستروجين والبروجسترون. " يخلق وضعية مشابهة لحالة الحمل، تعمل على استراحة البويضات وتوقف توالدها.

تتناول الأقراص يوميا عبر الفم، بتوقف كل 3 أسابيع، حيث تستمر فعالية منع الحمل. استعمال الأقراص وسيلة جد فعالة، بشرط أن تستعمل بطريقة جيدة. تحتوي الأنواع الجديدة من الأقراص على جرعات غالبا ما تكون منخفضة من الإستروجين، التي تمتص التأثيرات الثانوية (ارتفاع الوزن، اضطرابات في الجهاز الهضمي).

تعتبر الوصفة الطبية إجبارية ويجب أن تجدد مرحليا (للوصفة زمن محدد). ولا يمكن أن تستعمل أثناء الحمل.

#### اللولب:

(فاعلية حقيقية 92 في المائة - فاعلية نظرية 99,7 في المائة)

هو وسيلة جديدة لمنع الحمل. ويتعلق الأمر بلولب يلج الفرج، مرن، شفاف، مصنوع من مادة مقاومة للحساسية والتسمم، وملام بيولوجيا. قطره حوالي 5 سم، وحجمه 4 ملم. له نفس فعالية الأقراص. حيث يسرب جرعة منخفضة من الإستروجين و البروجسترون بشكل مستمر ومكثفا مانعا للإباضة.

اللولب رطب، وسهل إدخاله وتحريكه. ولحسن فعاليته يجب أن يوضع بشكل مضبوط.

درجة الفاعلية متشابهة للأقراص، لكن يجب أن يستعمل مرة كل شهر. ومادامت الهرمونات تمتص مباشرة في الدورة الدموية فإن التأثيرات الجانبية تكون قليلة جدا. لا يشكل أي مشكل للعلاقة الجنسية ولا يوجد أي خطر للسقوط أثناء القيام بأنشطة رياضية.

#### وصفة مانعة للحمل (Evra)

(فاعلية حقيقية 92 في المائة - فاعلية نظرية 99,7 في المائة)

استعملت حديثا في إيطاليا، ويتعلق الأمر بوسيلة جديدة لمنع الحمل بواسطة لصقة.

تلتصق على الجلد، تمتص الهرمونات من خلال الجلد ويمر مفعولها مباشرة عبر الدورة الدموية. يمكن أن تلتصق على البطن على الجزء الأعلى من الذراع، على الخاصر أو على الصدر.

بحسن استعمال اللصقة يمكن التحتم والعموم وممارسة الرياضة بدون مشاكل، وفي حالة ما تبطلت يمكن تغييرها بأخرى وذلك لا يؤثر على مفعولها في منع الحمل.

يجب تغيير اللصقة كل 7 أيام، بتوقف كل 3 أسابيع، ويستمر مفعولها خلال هذه الفترة.

على عكس الأقراص واللولب، وبما أنها لا تبتلع عبر الفم فإنه لا توجد هناك تأثيرات على الجهاز الهضمي، و التأثيرات الجانبية منخفضة بينما درجة الحماية فمتوسطة.

#### IUD (وسيلة داخل الرحم (السلك)

(الفاعلية الواقعية 99,2 في المائة - الفاعلية النظرية 99,4 في المائة)

وسيلة مصنوعة من البلاستيك أو النحاس، وتشوش على إجراءات توالد وتكاثر البويضات. توضع في رحم المرأة من طرف اختصاصي ويمكن أن تبقى هناك لمدة طويلة (10 سنوات للأنواع الحديثة)، بدون ضرورة الإخضاع لفحوصات طبية مرحلية خاصة. ويحرك دائما بواسطة عملية طبية.

يمكن أن تطرأ بعض المضاعفات التي تستوجب مراقبة الطبيب:

- آلام، نزيف أو اضطراب في العادة الشهرية بعد ممارسة جنسية.
- آلام حاد في البطن.
- آلام أثناء الممارسة الجنسية.
- تسريب سوائل لزجة.
- انعدام الخيط أو خيط قصير أو طويل.
- يمكن الشعور بالطرف الخشن ل IUD عندما تراقب الخيوط.

يعتبر IUD من أنجع وسائل منع الحمل، يمكنك استعماله بكل طمأنينة.

التأثيرات الهامشية الأكثر شيوعا: (آلام داخل الفرج، ارتفاع تدفقات العادة الشهرية وفي بعض الأحيان نزيف) وتمر هذه التأثيرات بعد شهرين أو ثلاث من استعماله.

#### صفق الفرج

(الفاعلية الحقيقية 84 في المائة. الفاعلية النظرية 99,2 في المائة)

صفق الفرج عبارة عن قطعة مطاطية رطبة بأطراف غليظة، يدهن بكريمة تقتل المنى ويوضع في الفرج قبل كل ممارسة جنسية. لا يمكن بتاتا رفعه قبل مرور 6

# التخطيط العائلي

لتخطيط أمومتك وفق طريقة حرة ومسؤولة، يمكنك استعمال مجموعة من وسائل منع الحمل تختارينها حسب احتياجاتك وضرورياتك.

## وسائل منع الحمل: لماذا يجب أن تستعملها؟

1) فوائد استعمال وسائل منع الحمل كثيرة وتسمح لك: بأن تعيش حياتك الجنسية بطمأنينة، بدون الخوف من حالة حمل غير مرغوب فيه الذي يمكنه أن يضع صحتك محل خطر.

2) تحميك، خاصة باستعمال الواقي، ليس فقط من الحمل غير المرغوب فيه بل أيضا من انتقال الأمراض الخطيرة كالتهاب الكبد والسيدا (داء فقدان المناعة المكتسبة) وفي نفس الوقت تساعدك على محاربة أمراض أخرى تصيب النساء.

## 3)تنظيم إنجاب الأطفال من أجل:

- التخطيط لحياتك الخاصة والعائلية بتحسين الكيفية وتخفيض المشاكل الاقتصادية.
- أن يكون لك الوقت الكافي لاستكمال تعليمك أو تكوينك المهني.
- تخصيص الوقت والقدرات الحسنة للأبناء الذين رغبت في إنجابهم.

## ما هي وسائل منع الحمل المفروض استعمالها؟

تملك كل وسيلة بعض الخصائص الجيدة، لكن ليس كلها كاملة. إن وسيلة منع الحمل المثالية وإن كانت في نفس الوقت فعالة، مضمونة، ملائمة، بدون تأثيرات جانبية وسهلة الاستعمال؛ فإنها لا توجد بعد. لاختيار الوسيلة المناسبة لك لاحظي ما يلي.

1) **الفاعلية:** إلى أي مدى تحميني من التعرض لحمل غير مرغوب فيه؟ ما هي أهمية الاستعمال الصحيح والمضبوط للوسيلة؟ هل تحميني من الأمراض المعدية المنتقلة جنسيا؟

2) **المدة:** هل للوسيلة مدى قصير ومدى طويل؟ هل دائم أم متغير؟ هل يسمح بالولادة تباعا؟ هل سهل استعماله وهل سهل التخلي عنه؟

3) **النصائح والتأثيرات الجانبية:** هل هناك مشاكل أو أمراض التي قد أكون أحملها، تمنعني من استعمالها؟ هل يمكنني استعمالها في حالة الرضاعة؟ هل تسبب لي أمراضا أو توترات بدنية أو نفسية؟ إذا كانت، هل تدوم فقط في الأشهر الأولى أو على مدار فترة استعمالها؟

4) **السهولة والملائمة:** هل هي معقدة الاستعمال؟ هل ضروري استعمالها في كل مرة أثناء الممارسة أو هل لها تأثير مستمر؟ هل يمكنني أن أستعملها بدون أن يعرف زوجي؟ هل أنا في حاجة إلى وصفة أو تدخل الطبيب؟ هل هي ملائمة لأسلوبي في الحياة؟ ما هو ثمنها؟

هام جدا!

الواقي وحده فقط يحميك من حمل غير مرغوب فيه ومن الأمراض المنقولة جنسيا كفيروس نقص المناعة المكتسبة (السيدا).

إن الأمراض المنقولة جنسيا أو الأمراض الفتاكة هي أمراض معدية تنتقل من شخص إلى آخر بواسطة اتصال جنسي. بسبب وجود جراثيم معدية في الإفرازات التناسلية أو في الدم. يمكن للأمراض الأكثر خطورة أن تنتقل بواسطة أية ممارسة جنسية، بواسطة الاتصال بالفضيب أو الفرج أو الدبر أو الفم. لحماية نفسك، استعمال الواقي أو اجتنبي أي اتصال بمنطقة الجهاز التناسلي (بها في ذلك العلاقات عن طريق الفم أو الدبر).

تجد تباعا لائحة لوسائل منع الحمل الأكثر شيوعا في إيطاليا.

هناك إشارة لدرجة الفعالية بجانب الاسم، وتميز بين الفعالية النظرية للوسيلة المحتمل استعمالها بطريقة صحيحة ومضبوطة. بينما الفاعلية الحقيقية أو الواقعية فتأخذ بعين الاعتبار عوامل إنسانية يمكن أن تؤدي إلى استعمال غير صحيح للوسيلة.

## لائحة الوسائل الرئيسية لمنع الحمل:

الأقراص:

(فاعلية حقيقية 92 في المائة - فاعلية نظرية 99,7 في المائة)

أقراص تتكون من محتويين متشابهين للمهرمونات المنتجة

# لدي حق الاختيار لدي الحق في أن أكون سعيدة

لكل امرأة الحق في التمتع بحياة جنسية مضمونة وشريفة، ولها الحق في أن تتجب أطفالا، وأن تختار متى وكم تريد.

إن حرية اختيار الأمومة رغبة وزمنا مصنونة من الدولة الإيطالية.  
أنت التي تستطيعين اختيار عدد الأطفال الذين تريد إنجابهم بطريقة حرة ومسؤولة ، ومتى تريدين، وبإمكانك الاستشارة مع رفيقك للتقرير في ذلك.

# إرشادات لأهومة حره ومسؤوله

مقال مطابق لتعليمات المنظمة الدولية للصحة والتخطيط العائلي

a cura di Federica Gaida