STAATSMINISTERIUM FÜR
SOZIALES, GESUNDHEIT UND
GESELLSCHAFTLICHEN ZUSAMMENHALT

Freistaat
SACHSEN

میں اُمید سے ہوں

حمل ٹھرنے
اور بچے کی پیدائش کے بارے میں معلومات

فرد سے فرد تک

کیا آپ اُمید سے ہیں اور مدد کی ضرورت ہے؟

جرمنی میں رہأیش پذیر ایسی حاملہ خاتون جو اُمید سے ہو، اگر انہیں حمل سے متعلق مشورے اور مدد کی ضرورت ہو تو حمل سے متعلق مشاورتی مرکز سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ یہاں پرآپ حمل، مانع حمل یا خاندانی منصوبہ بندی کے بارے میں تمام سوالات و شبہات پر مفت مشورے حاصل کر سکتے ہیں۔ یہاں پرآپ کو اس بارے میں بھی معلومات حاصل ہونگی کہ آپ کن سماجی فوائد یا مالی امداد کے لیے درخواست دے سکتے ہیں اور آپ کو مزید مدد کہاں مل سکتی ہے۔ اپنے ساتھی کے ساتھ یا کسی اور قابل اعتماد شخص کے ساتھ آپ اکیلے مشورہ حاصل کر سکتے ہیں۔ مشاورے کے مراکز میں کسی بھی ترجمان کے خدمت حاصل کر سکتے ہیں۔

کیا میں بچہ پیدا کر سکتی ہوں؟

جرمنی میں حمل ٹھہرنے کے بعد حمل کے آغاز کے 12 ہفتے تک ختم کیا جا سکتا ہے۔ اگر آپ بچہ پیدا کرنے کی یقین دہانی کروانا چاہتی ہیں تو پھر کسی حمل کی مشاورتی مرکز سے رابطہ کریں۔ مشاورتی مراکز میں آپ کو اگلے اقدامات کے لیے تمام ضروری معلومات دی جاتی ہیں۔ اگر آپ اپنے حمل کو ختم کروانا چاہتی ہیں تو آپ کو لازمی طور پر ایک مشاورت کا سرٹیفیکیٹ درکار ہوگا۔ یہاں پر حمل کو ختم کروانے کے لیے مشاورتی سرٹیفیکیٹ کا ہونا لازمی ہے۔ اس کے بعد آپ کسی ڈاکٹر کے پاس یا ہسپتال جا سکتے ہیں۔ مشاورت کے تین دن بعد ہی حمل کا خاتمہ کیا جا سکتا ہے۔ حمل کے خاتمے کے مختلف طریقے ہیں۔ آپ اخراجات کی ادائیگی کے لیے درخواست دے سکتی ہیں۔ تمام معلومات آپ کو مشاورت کے دوران فراہم کی جائیں گی۔

کیا آپ حمل کو تو جاری رکھنا چاہتی ہیں، لیکن آپ بچے کے ساتھ زندگی گزارنے کا تصور نہیں کر سکتیں؟

اگر آپ کو اپنے بچے کے ساتھ رہنے میں کوئ دشواری نظر آتی ہے تو گود لینا ایک مناسب آپشن ہو سکتا ہے۔ بچہ پیدا کرنے کے بعد ذاتی صورت حال کو مدنظر رکھتے ہوئے، آپ کو گود لینے والی ایجنسی میں اپنے اور آپ کے بچے کے لیے موجودہ اختیارات اور مدد کے بارے میں کھلا مشورہ اور معلومات حاصل کر سکتی ہیں۔

کیا آپ اپنا حمل خفیہ رکھنا چاہتی ہیں؟

اگر آپ کسی ایسی حالت میں ہیں کہ جس میں آپ مناسب نہیں سمجھتی کہ آپ کے حمل کی کسی کو خبر ہو، تو ایسی صورت حال میں آپ کے پاس اپنا حمل خفیہ رکھنے کی آپشن بھی موجود ہے۔ ایسی صورت میں جبکہ آپ اپنا حمل خفیہ رکھنا چاہتی ہیں و آپ صرف حمل سے متعلق مشاورتی مرکز کے کنسلٹنٹ کو اپنا اصل نام بتائیں اور پھر کسی فرضی نام کا انتخاب کریں ۔ کنسلٹنٹ آپ کی مدد کرے گا تاکہ آپ کسی بھی فرضی نام کے تحت طبی امداد کے ساتھ ہسپتال میں بچے کی پیدائش کر سکیں۔ پھر بچے کی پیدائش کے بعد، آپ فیصلہ کر سکتے ہیں کہ آیا آپ بچے کو اپنے پاس رکھنا چاہتی ہیں یا پھر نہیں۔

میں حمل سے متعلق مشورے کے مراکز کہاں سے تلاش کر سکتی ہوں؟

جرمنی میں جہاں پر آپ رہتی ہیں وہاں پر آپ کے علاقے میں حمل سے متعلق مشورے کے مراکز ہیں جو مختلف فلاحی انجمنوں یا صحت کے حکام کے ذریعے چلائے جاتے ہیں یہاں پر آپ جائزہ لے سکتی ہیں، اور پھر برائے مہربانی ملاقات کا وقت طے کریں اور طے شدہ وقت پر تشریف لائیں، تاکہ مشیران آپ کے لیے وقت نکالیں۔

د په کورنۍ کي د امیندوارۍ مشوره

www.familie.sachsen.de/schwangerenberatung.html

مشاوراتی مرکز میں مجھے کیا ساتھ لانا چاہیے؟

مشاراتی مرکز میں جب بھی آپ کسی مشورے کے لیے تشریف لایں تو اپنے ساتھ تمام موجودہ دستاویزات اور اطلاعات اپنے ساتھ لائیں۔ اس میں زچگی کا پاس، پناہ گزین فواید ایکٹ قانون کا سرٹیفیکیٹ (پناہ کے لیے درخواست) رہائش کی اجازت/دھلائی، اور ممکنہ طور پر کرایہ نامہ شامل ہیں۔

میں ایک صحت مند بچے کو کیسے جنم دے سکتی ہوں؟

ایک صحت مند بچہ پیدا کرنے کے لیے سب سے پہلے آپ کو کسی ڈاکٹر کے ذریعہ اپنے حمل کی تصدیق کروانی ہو گی، اس کے بعد آپ کو زچگی کا سرٹیفیکیٹ حاصل ہو گا، پھر وقت کے ساتھ آپ کو ڈاکٹر کے پاس مزید کافی دفعہ دورہ کرنے کے ضرورت ہو گی، یہاں تک کے بچے کی پیدائش اور ہنگامی حالات کے لیے اس کی ضرورت ہوگی۔ جرمنی میں، حاملہ خواتین پیدائش تک مفت حفاظتی امتحانات کا فائدہ اٹھا سکتی ہیں۔ وہاں پر موجود ڈاکٹر بچے کی نشوونما کی سطح اور ماں کی صحت کا باقاعدگی سے معائنہ کرتے ہیں۔ پیدائش سے پہلے ی دیکھ بھال کے اخراجات ہیلتھ انشورنس کمپنیوں یا سماجی بہبود کے دفتر کے ذریعے پورے کیے جاتے ہیں۔ آپ بچے کی پیدائش کے دوران طبی اور نرسنگ خدمات اور دائی کی مدد کے بھی حقدار ہیں۔
آپ اپنے حمل کے دوران اپنے بچے کی صحت مند نشوونما کو فروغ دے سکتی ہیں۔ اس کے لیے متوازن، متنوع غذا کھائیں اور جسمانی طور پر متحرک رہیں۔ شراب، سگریٹ اور منشیات آپ کے بچے کو نقصان پہنچاتی ہیں!

عشر اور ایڈیٹر:
سیکسن ریاستی وزارت برائے سماجی امور، صحت اور سماجی ہم آہنگی۔
Albertstraße 10 I 01097 ڈریسڈن
ای میل: redaktion@sms.sachsen.de
www.sms.sachsen.de

facebook.com/SozialministeriumSachsen
x.com/sms_sachsen
instagram.com/sms_sachsen
youtube.com/sms_sachsen

ایڈیٹر:
فیملی ڈیپارٹمنٹ

ڈیزائن اور ٹائپ سیٹنگ:
Die Sportwerk GmbH

ادارتی آخری تاریخ:
نومبر 2024

آرڈر سروس:
www.publikationen.sachsen.de

ایک نوٹس:
یہ اشاعت عوامی تعلقات کے کام کے حصے کے طور پر ریاستی وزارت برائے سماجی امور، صحت اور سماجی ہم آہنگی کے ذریعہ مفت شائع کی جاتی ہے۔ یہ فروخت کے لیے نہیں ہے اور سیاسی جماعتوں یا گروہوں کی طرف سے انتخابی اشتہارات کے لیے استعمال نہیں کیا جا سکتا ہے۔

Sprache: Urdu