

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 الأجنبيات 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 أجنبيات وخاصة الشابات منهن؛ تتعلق بحماية الأمومة. وتنظم الاستشارات العائلية دروسا مختلفة، بدءا من دروس ما قبل الوضع إلى رضاعة الأم مروراً 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؛ الإبرية 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 نفسي وأخرين، 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 الأجنبيات. 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.

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 لوروية أخرى والذي في طور تجريبه في بعض المدن الإيطالية.

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

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

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.

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

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

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

ما هو الزمن المحدد للإجهاض؟

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

وعموما يمكن أن يتم الإجهاض أيضا بعد هذه الفترة إذا كان الحمل والوضع يشكلان 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.

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

أين يمكنني حجز إجراء العملية؟

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

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

لا أريد طفلا.. ماذا يمكنني أن أفعل؟

تتبن فيهِ.

بقوة لقانون، يبحث معك الطبيب حولاً أخرى عوض الإجهاض. يخبرك إن بحقوقك إذا قررت الذهاب بعيداً 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 أيضاً 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 كأيامك مثلاً. إن لقاء مع مستشار يمكن أن يكون ثميناً بالنسبة لك خاصة في ظروف عصبية كهذه، لتوضيح أفكارك أكثر حول ماذا تريدان وماذا يمكنك فعله، لا سيما إن كنت تشعرين أنك منفعوعة إلى التخلي على طفل ترغيبين 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 يدعوك 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 مقبولاً في أية لحظة، وحتى على سرير العملية الجراحية. لكن إن ارتأى الطبيب أنه هناك حالات استعجال، فإنه يعطيك من الترام التفكير لمدة 7 أيام حيث يسلم إليك شهادة بإشارة "مستعجل".

ما ذا يمكنني أن أفعل إن كنت قاصرة؟

إن كنت قاصرة تريدان إشراك أبويك في قرارك، يجب أن يصطحبائك إلى الطبيب للتوقيع معك على الشهادة. لكن إذا لم تستطيعي أو لا ترغيبين في الحديث مع أبويك، فإن الشيء الأفضل هو أن تقصدي وحدك أقرب استشارية. هناك جعلك المستشار الاجتماعي أو الطبيب النفسي في اتصال مع محكمة الأحداث (القاصرين) التي تعين لك قاضياً وكيلًا بوقع عوض أبويك على

قرارك بأن يكون لك طفلاً أم لا حر وشخصي.

وإن كنت لا تريدان الذهاب بعيداً بحملك أو لا تستطيعين فعل ذلك لسبب ما فالقانون الإيطالي يضمن لك حرية الاختيار.

الإجهاض قانوني في إيطاليا منذ 1978. ويمكن لجميع النساء الأجنيات، وحتى عديمات إذن الإقامة منهن، الاستفادة من المؤسسات الصحية الإيطالية بدون أي ثمن.

الإجهاض الطوعي للحمل

من يقرر الإجهاض؟

إن قرار إجهاض الحمل يمثل دائماً لحظة عصبية 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 تريدان أن تكوني أما وحيدة.
- لا تريدان أن يعرف أنك حامل.
- لا تريدان أطفالاً آخرين.
- يريد زوجك أو أبائك أن تجهضين 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 يوماً 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 ترغيبين 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 بطفلك في ظرف 10 أيام، يخبر المستشفى قاضي الأحداث بالمولود الجديد، يتخذ له اسم في مكتب الحلة 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.

التكفل العائلي

إذا كنت تمرين بظروف صعبة (مرض، سجن، صعوبات اقتصادية، تربية...)، وفي الوقت الذي لا يمكنك فيه العناية بطفلك، وكبدل 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 منقطعة (محصور في عدد الساعات في اليوم)، أو بالسكن (أن يعيش القاصر لمرحلة من الزمن عند عائلة متكفلة به ويبقى مرتبطاً بالعلاقات ولللقاءات 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 تسهرى حتى تتجاوزي ظروفك الصعبة في وقت معقول.

مهم جداً للتذكير 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 تريد الاحتفاظ به أو العمل على كبر أو صعوبات نموه قاسية، لك الحق بأن لا تعترفين به وتعطيه قصد التبني بحكمة مطلقة لأحد العائلات التي تحتضنه كأنه لها. إنه اختيار صعب، لكن عدد كبير من النساء تغمرهن الفرحة بمعرفة أن ابنهن سيكون محباً وسيعيش في بيئة عائلية منسجمة.

عدم الاعتراف بطفلك وضعته ليس جريمة. يحول القانون أن يجعل قرارك هذا مرناً أكثر.

يكفي أن توضحي للأطباء قبل الولادة أنك لا تتوين الاعتراف بالمولود الجديد. لا يخبر بك لأية سلطة ولن تحمل شهادة الوضع أية معلومات عنك، وهذا يجعل أمر تحديد هويتك كام 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، سيجري 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 تتسرتي، وأكثر من هذا لن تهلمي طفاً في الطريق.

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

تربية الطفل وحيدة:

إن تربية طفل لوحده يمكن أن تكون صعبة ويمكن أن تعطي ارتياحا عميقا لكنها تمثل دائما مسؤولية كبيرة.

ستكون سهلة مواجهتها إن وجدت وسلكت جميع المساعدات الممكنة. اعلمي أبويك وأصدقائك الذين تثقين في سندهم قبل أن تصبحي أما وحيدة.

وليس سهلا ولو بمساعدة الأيوين والأصدقاء نمو طفل لوحده. متطلبات ابنك تتغير باستمرار وتتغير أيضا قدراتك لتلبيتها.

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

كل الأيام. يكون لك الشرف العظيم في مساعدة طفلك أن يصير بالغا مسرورا، مستقلا ومسؤولا. لكن طلب عزمك في هذا الدور سيكون مضبوطا ومستمرًا وحريرتك ستصبح مقيدة ورهن احتياجاته.

كبر الطفل يتطلب الكثير. والعناية بنفسك وبطفلك سيكون تحديا كبيرا، ولو كان لك عملا أو مساعدة من الدولة. من جانب آخر، العمل على كبر طفلك لوحده يعني ألا تقبلي للوعد واختيار شريك خاطئ. يعني بعد ذلك أن طفلك سيكبر معكما - بقيمك، بمبادئك، بعقيدتك، وفي إطار احترام ميولاته.

ما هي الخيارات التي أتمتع بها لتربية ابني؟
هناك طريقتين للاعتناء بالطفل: سوية مع الزوج أو لوحده.

العناية بالأسرة

عدد كبير منا يرغب في وجود رفيق حياة لبناء أسرة لتفاسم المرات، 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.

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

في ما يخص حقوق الأبناء وحمايتهم من طرف القانون الإيطالي، فلا يوجد فرق بين أطفال ازدادوا من علاقة طرفين متزوجين أو متعاشين.

بالزواج أو بعده، قد تعرف علاقة الطرفين نجاحا إذا التزم الطرفين بتفعيل العلاقة وإذا فهما ما إذا 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 للزمامكا غير صلب، وبثقتي يمكن لعلاقة للزوجين أن تنقل.

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

تساءلي:

- إن كان ولدك أو والدك يضغطون عليكما بهدف الزواج.
- إن كنتما مستعدتان لتكوين أسرة عاطفيا ومدايا.
- 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 وناقشيني مع رفيقك، أحد أفراد عائلتك، صديق لك أو مع أحد المستشارين العائليين.

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 حلة الحمل.

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 تتوفر على إجازة؟

إن كنت أجنبية في حالة حمل ولا تتوفرين على إذن الإقامة فلا يمكن طردك حتى يبلغ طفلك 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، تبرير 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 لقاتون 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 لفننك يقتضي أجراً كاملاً.

إضافة إلى الإيجار 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 يوميًا، تسمح لك ليس فقط برضاع ابنك، بل وبكل بساطة أن تكوني قريبة منه: ساعتين في اليوم بالنسبة لتوقيت عمل يعادل أو يفوق 6 ساعات يوميًا، وساعة في اليوم بالنسبة لتوقيت عمل يقل عن 6 ساعات يوميًا.

في حالة التوأم تتضاعف ساعات الاستراحة ويمكن أن تستغل بالتزامن من طرف الأبوين معاً. وأخيراً، يمكن للأم وللاب على السواء، وبالتناوب، ولو نفذت إجازتهما؛ التغيب عن العمل في حالة مرض الطفل، ويتقاضى 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 التغييبات فقط خلال الثلاث سنوات الأولى للطفل.

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

إذا قررت أن تصبحين أما فإن الدولة الإيطالية تساعدك على الذهاب بحملك إلى آخره ضامنة 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 يري 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، استشارات) أو لدى بنيات خصوصية متعقدة مع المصلحة الصحية المحلية.

ما هي الضمانات التي أتمتع بها علم مستور العمل؟

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

إذا كنت حاملاً، لك الحق في الحصول على تراخيص

• ما هي قيمى الأدبية والعقائدية؟

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

تحدثي 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. تناولي الطعام بشكل سليم وطبيعي - فواكه وخضار كثيرة وطرية، خبز، أرز، معكرونة، شعير، اجتنبى المأكولات المقلية والحلويات، لا تتناولي السمك أو اللحم غير المطبوخ. حافظي على لياقتك البدنية. اسلكي حياة نشيطة ومارسي رياضة رائعة. حاولي أن تستريحي في النهار والنوم جيداً في الليل. لا تشربي المشروبات الكحولية ولا تدخني. لا تأخذي الأدوية - ولو أسبيرين عادية بدون استشارة طبيبك.

ضم عندي من الوقت صبي أقرر؟

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

وإن كنت حاملاً؟

"إن كنت حاملاً؟" أسئلة تضعها النساء مرات عديدة في الحياة - خاصة بعد تأخر العادة الشهرية. مؤشرات إمكانية الحمل مبدياً هي: تأخر العادة الشهرية، انتفاخ الثدي، دوام وصداع فيء عياء مستمر، الحاجة إلى التمويل المستمر، فقدان الشهية، وفي مرحلة ثانية: نهد أكبر، اسوداد حلمة الثدي، تسربات شميدة من الفرج، بطن منتفخ حركة في البطن.

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

- تساءلي 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 للتكفل به أو تبنيه؟
- هل يمكنني اعتبار الإجهاض حلاً مثالياً؟

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

صيف أتيق، أنتي 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 البول.

يمكن أن يتم الاختبار في منزلك، بشراء وسائل خاصة بذلك من الصيدلية، (ثمها 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

على وضعية "حامل" أو غير "حامل" (يمكن أن تختلف الرموز حسب اختلاف الأنواع). وتبين نافذة صغيرة هل الاختبار مر على أحسن حل 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 لوانه أو بعد نهايته.

أغلب التحاليل تكون محل ثقة ابتداء من أول يوم لتأخر العادة الشهرية. وإذا كان لديك شكوكا أعيدي 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 للرحم. حيث يقيس الطبيب رحمك لمعرفة متى ابتدأ حملك. إلى أي مدى يمكنك للتقرير وماذا ستفعلن.

أنا حامل: ما هي الاختيارات التي أتمتع بها؟

معرفة كونك حامل قد بغضرك على إثرها للفرح و السرور، لكن في بعض الحالات اكتشف 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 تجهضي 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 مستحيلاً 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؟

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

النساء استعماله بأقل خطر للتعرض للتغيرات أو التأثيرات الجانبية.
لا تتوفر الوسائل الأخرى لأية عوارض جانبية (الواقى، الصفق، الامتناع للمرحلي).
يجب أن يكون فرارك بعدم الإنجاب في المستقبل، نهائياً. يجب أن تكوني متيقنة يقيناً مطلقاً بالأ تغييرين فكرتك أيدا أو تدمين على اختيارك في المستقبل – لا يهم كيف ستتغير حياتك -. ناقشي مع شريكك، فكري جيدا ماذا يعني هذا الاختيار بالنسبة لك ولعلاقتكما.

ساعات من آخر ممارسة. للردود. 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 الاستمنااء الحقيقي. وهذا يمكن أن يحدث في أية ممارسة جنسية.

التعقيم

(الفاعلية عند الإناث 99,5 في المائة - الفاعلية عند

الذكور 99,9 في المائة)

للتعقيم 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 الخاص.

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 للتبصر.

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 ألنيا بين الفرج ومنطقة الرحم ويضع قائل

المني في اتصال مباشر مع عنق الرحم.

لاستعمل 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 الوقائية من خطر عدوى الإصابة بداء فقدان المناعة المكتسبة (السيدا).

يقي الرجل من العدوى بواسطة الاتصال المباشر بالفرج. ويقي المرأة من الاتصال المباشر بواسطة الفرج أيضا. لتكون للواقي فعالية في الحماية من الحمل أو انتقال الأمراض كالسيدا، 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 تولدها.

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 تَمْتَصُّ 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، وملامم بيولوجيا. قطره حوالي 5 سم، وحجمه 4 ملم. له نفس فعالية الأقراص: حيث يسرب جرعة منخفضة من الإستروجين والبروجسترون بشكل مستمر ومكثفا مانعا للإباضة.

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

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

لصقة 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.

تُصقُّ على الجلد، تَمْتَصُّ الهرمونات من خلال الجلد ويمر مفعولها مباشرة عبر النورة الدموية. يمكن أن تُصقُّ على البطن على الجزء الأعلى من الذراع، على الخاصر أو على الصدر.

بحسن استعمال اللصقة يمكن التحمم والعموم وممارسة الرياضة بدون مشاكل، وفي حالة ما تبثت 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 للتأثيرات الجانبية منخفضة بينما درجة الحماية فمتوسطة.

وسيلة داخل الرحم (السلك) IUD

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

وسيلة مصنوعة من البلاستيك أو النحاس، وتوشوش على إجراءات تولد وتكثُر 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.

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

صفاق الفرج

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

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

التخطيط العائلي

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

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 لذي 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 رغبنا في إنجابهم.

ما هي وسائل منع الحمل المقروص 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. لا اختيار الوسيلة المناسبة لك للاحظي 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 المنقولة 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) التصاح والتأثيرات الجينية: هل هناك مشاكل أو أمراض التي قد أكون أحملها، تمنعني من استعمالها؟ هل يمكنني استعمالها في حالة الرضاعة؟ هل تسبب لي أمراضا أو تؤثرات بدنية أو نفسية؟ إذا كانت، هل تدوم فقط في الأشهر الأولى أو على مدار فترة استعمالها؟

4) السهولة والملائمة: هل هي معدة 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 بحميك من حمل غير مرغوب فيه ومن الأمراض المنقولة جنسيا ككفقدان 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 بالقضيب أو الفرج أو الدبر أو الفم. لحماية نفسك، استعمال الواقي أو اجتنب أي اتصال بمنطقة الجهاز التناسلي (بما 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 حقبقة 92 في المائة - فاعلية نظرية 99,7 في المائة)

أقراص تتكون من محتويين متشابهين للهرمونات 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 حرّة ومسؤولة

مقال مطابق لتعليمات المنظمة الدولية للصحة والتخطيط العائلي