

Uniwersytet Medyczny w Łodzi

Dookoła Świata



UNIWERSYTET
MEDYCZNY
W ŁODZI

Studia w języku angielskim



Dzięki tej publikacji lepiej poznasz naszych studentów i zobaczysz, jak różnorodna i ciekawa jest społeczność Uniwersytetu Medycznego w Łodzi.

Studia na naszym Uniwersytecie podejmują kandydaci nie tylko z Polski, ale i z Bliskiego Wschodu, Afryki, Europy, Azji, obu Ameryk oraz z Australii. Nasi studenci pochodzą z około 70. krajów, z czego jesteśmy bardzo dumni.

Mimo, że są z różnych stron świata, łączy ich wiele rzeczy. Jedną z nich jest marzenie, żeby zostać lekarzem i pomagać innym ludziom. Ci studenci na 6 lat stają się częścią naszego Uniwersytetu i naszego miasta. Ciekawe, co lubią robić w wolnym czasie? Dlaczego chcieli zostać lekarzami?

Jeżeli chcecie się dowiedzieć, zapraszamy Was do lektury.



Nasi studenci pochodzą z ok. 70. krajów



Indie - 106
Iran - 82
Irlandia - 38
Liban - 35
Syria - 34
Norwegia - 33
Malezja - 27
Zimbabwe - 27
Polska - 24
Egipt - 22
Kanada - 21
Irak - 20
Tajwan - 18
Niemcy - 16
Nigeria - 16
Turcja - 15
Wielka Brytania - 13
Pakistan - 12
Jordania - 11
Szwecja - 11
Arabia Saudyjska - 10
Bangladesz - 7
Stany Zjednoczone Ameryki - 7

Sudan - 7
Republika Południowej Afryki - 6
Azerbejdżan - 5
Hiszpania - 5
Zjednoczona Republika Tanzanii - 5
Ukraina - 5
Brazylia - 4
Jemen - 4
Tunezja - 4
Algieria - 3
Kamerun - 3
Korea Południowa - 3
Angola - 2
Białoruś - 2
Dominika - 2
Etiopia - 2
Francja - 2
Izrael - 2
Namibia - 2
Niger - 2
Palestyna - 2
Rumunia - 2
Szwajcaria - 2

Albania - 1
Australia - 1
Botswana - 1
Chiny - 1
Cypr - 1
Dania - 1
Federacja Rosyjska - 1
Gambia - 1
Ghana - 1
Gruzja - 1
Hongkong - 1
Kenia - 1
Demokratyczna Republika Konga - 1
Maroko - 1
Mauritius - 1
Nepal - 1
Portugalia - 1
Suazi (Eswatini) - 1
Wietnam - 1
Włochy - 1
Zambia - 1
Zjednoczone Emiraty Arabskie - 1

Wstęp



Cześć,

Mam na imię Beata. W tym roku kończę 12 lat i choruję na kręgosłup. Już po raz piąty jestem w sanatorium, chodzę tutaj do szkoły i na ćwiczenia. Mama przyjeżdża do mnie dwa razy w tygodniu, przywozi mi kotlety schabowe i kompot truskawkowy.

Martwi się, że jestem daleko od domu.

W pokoju mieszkam z innymi dziewczynami. Jest nas osiem, wieczorem opowiadamy sobie historie o duchach, a potem nie możemy zasnąć. Popołudniami nauczycielka czyta nam książki.

Bardzo lubię geografię, zamykam oczy i celuję palcem w mapę. Zatrzymuję się w wielu miejscach: Azerbejdżanie, Maroku czy w Irlandii. Zastanawiam się, jak żyją dzieci w tych krajach, czy chorują, w co się bawią i co lubią jeść. Ja najbardziej lubię sernik gotowany, polany gorącą czekoladą.

Nie wiem jak Wy, ale nie lubię chorować. Po powrocie z sanatorium codziennie w domu ćwiczę długimi godzinami, ale w szkole jestem zwolniona z wf-u. Wracam na rehabilitację, czasami do szpitala. W przyszłości chcę zostać podróżniczką.

08.03.1989

Mam na imię Beata. Mam 45 lat. W drodze do pracy codziennie mijam ludzi o innych rysach twarzy niż moja. Niektórzy wychodzą ze sklepu, inni wracają z siłowni, a kolejna grupa śpieszy się na autobus. Oni wszyscy w ciągu dnia jadą na zajęcia do szpitala po drugiej stronie miasta, by wieczorem wrócić do siebie i ugotować tradycyjne jedzenie. Lubię egzotyczne zapachy dolatujące z akademików i restauracji, makijaż i perfumy libańskich dziewczyn, brzmienie obcych słów i wiarę w naukę.

To wszystko przywieźli do Łodzi studenci obcokrajowcy. Żyją z nami, spotykamy ich na basenie, w pubie czy w kinie. Nie trzeba już otwierać atlasu, czy oglądać filmów dokumentalnych żeby poznać ludzi innych kultur. Wreszcie zostaję podróżnikiem we własnym kraju. Podróżuję czytając ich opowieści o rodzinie, tradycjach i zabawach. Lektura zabiera mnie w inne szerokości i długości geograficzne. Spełnia się moje marzenie z dzieciństwa.

Czytacie o wyjątkowych osobach - studentach medycyny w języku angielskim, wytrwałych w dążeniu do celu - bycia lekarzem. Jeśli jesteście teraz w szpitalu, to prawdopodobnie spotkacie ich na sali albo na korytarzu. Towarzyszą lekarzom jako stażyści, uczą się, rozmawiają z pacjentami po angielsku, czasami po polsku.

Zaufajcie im i uśmiechnijcie się do nich. Przyjechali do Łodzi z daleka, żyją z dala od domu, już w młodym wieku stają się samodzielni. Za chwilę przeczytacie ich historie.

Ciekawe, kim Wy chcecie zostać w przyszłości?

01.10.2022

Beata Ogrodowczyk

Specjalista ds. Obsługi Studentów Anglojęzycznych
od lipca 2008 – do stycznia 2023



Rodzinne kraje naszych bohaterów



AFRYKA

- Algeria
- Nigeria
- Kamerun
- Zimbabwe

AZJA

- Indie
- Malezja
- Syria
- Tadjykistan

EUROPA

- Irlandia
- Niemcy
- Polska

Alton Ajay Mathew • Indie



● Dlaczego chcesz zostać lekarzem?

Myślę, że medycyna to ciekawe połączenie nauki i służby ludziom. Poza tym ciekawi mnie uczenie się o zdrowiu i chorobach. Chcę poznać ludzkie życie z każdej strony.

● Od dziecka chciałeś być lekarzem?

Zawsze miałem szerokie zainteresowania, a nauki ścisłe lubiłem już jako dzieciak. Studiowanie medycyny to najlepszy sposób, by w przyszłości poświęcić się naukom stosowanym i przyrodniczym.

● Dlaczego wybrałeś studia w Polsce?

Chciałem nauczyć się nowego języka i móc mieszkać w jednym z krajów Unii Europejskiej. Poza tym Łódź wydawała się dobrym miejscem, żeby zacząć coś nowego.

● Co było Twoim ulubionym daniem, kiedy byłeś dzieckiem?



Dosai z sambarem i kokosowym sosem chutney

Dosai jest chrupiącym plackiem ze sfermentowanego ryżu. Jemy go z *sambarem*, czyli curry z soczewicy i tamaryndowca z warzywami. *Chutney* z kolei to sos ze zmielonego kokosa i zielonych papryczek chili.

Byłem niesfornym dzieckiem i upierałem się, żeby jeść *dosai* z dżemem truskawkowym albo z cukrem, czyli wbrew wszelkim regułom przyrządzania tego dania. *Dosai* jest bardzo skromną potrawą, ale przypomina mi czasy, kiedy całą rodziną jedliśmy razem szybkie śniadanie przed wyjściem do szkoły.

● **Co jest tradycyjnym sportem w Twoim kraju?**

Kabaddi – gra, która cieszy się obecnie w Indiach ogromną popularnością. Jest to kontaktowy sport zespołowy. Każda drużyna ma siedmiu graczy. Gra polega na tym, że napastnik ma za zadanie wbiec na połowę boiska przeciwnika i dotknąć jak najwięcej obrońców, a następnie wrócić na swoją połowę nie pozwalając się zablokować.



To wszystko musi zrobić na jednym oddechu, mówiąc lub krzycząc „**kabaddi**”. Punkty przyznawane są za każdego gracza, którego napastnik dotknął, a przeciwna drużyna dostaje punkt za zatrzymanie napastnika. Gracze odpadają z gry, jeśli zostali dotknięci lub zablokowani, ale wracają na boisko za każdy punkt zdobyty przez swoją drużynę.

● Kabaddi

● **Jaki jest Twój ulubiony sport?**

Badminton. Co ciekawe, podobno jest to gra wzorowana na hinduskim sporcie o nazwie *poona*.

● **W co lubiłeś się bawić, kiedy byłeś dzieckiem?**

Głównie w chowanego. Lubiłem też grać w planszówki i badmintona z przyjaciółmi.

● **Jak się mówi „dzień dobry” i „dziękuję” w Twoim języku?**

அன்புடன் **Vanakkam** - pozdrawiam
நன்றி **Nandri** - dziękuję

● **Czy Twój język ma własny alfabet?**

Tamilski uznaje się za najstarszy język żyjący. Ma własny, odrębny alfabet.

Gutturaux	க ள்,	க் க,	கூ ன்.
Palatals	ச ள்,	சு ச்,	சூ ன்.
Cérébraux I	ட ள்,	ட ட்,	ண ன்.
Cérébraux II	த ள்,	த ட்,	ண ன்.
Dentals	த ள்,	த ட்,	டு ன்.
Labiaux	ப ள்,	ப ட்,	ம ன்.
Liquides	ய ள்,	உ ள்,	ந ன்,
		ல ள்,	ட ள்.
Sibilants	ச ள்.		
	அ ள்,	ஆ ள்,	ஓ ள்,
	ஈ ள்,	உ ள்,	ஊ ள்,
Voyelles	எ ள்,	ஏ ள்,	ஐ ள்,
	ஓ ள்,	ஔ ள்,	ஐ ள்.

Alfabet języka tamilskiego



Alton Ajay Mathew • Indie

● Jakie zaskakujące wynalazki pochodzą z Indii?

Szachy, cyfra 0, badminton, gra w „chińczyka”, najstarsza zapisana muzyka, joga.

● Kto jest najslawniejszą osobą pochodzącą z Indii? Dlaczego jest sławna?

Mahatma Gandhi

– bojownik o wolność,
kierujący się filozofią „non-violence”.
Nazywamy go Ojcem Narodu.

Mahatma Gandhi



● Czy możesz polecić piękne miejsce w Indiach, które nie jest popularną atrakcją turystyczną?



Potężne świątynie
z okresu dynastii
Chola
w Tańdżawur



Miasto Udukhamand (Ooty)



Górskie pasmo Nilgiri

oraz
całe miasto Ćennaj
(Chennai)



– wszystko w stanie Tamilnadu.

Anaita Kiyamova

- z Tadżykistanu, pochodzenia tatarsko-tadżyckiego



● Dlaczego chcesz zostać lekarką?

Nie ma dla mnie nic bardziej fascynującego niż medycyna, ludzkie ciało i zachodzące w nim procesy. Chciałabym też przysłużyć się ludzkości i środowisku, w którym zostałam wychowana. Większość członków mojej rodziny to lekarze, dlatego w naszym domu ciągle rozmawiało się o zdrowiu i medycynie. Zawsze lubiłam brać udział w tych rozmowach. Myślę, że medycyna jest moim powołaniem: praktykując ją będę robić to, co lubię najbardziej, nie zaprzestając zarazem nieustannego uczenia się i rozwoju. Mam nadzieję, że będę mogła przyczynić się do poprawy zdrowia ludzkości.

● Czy był to Twój wymarzony zawód, kiedy byłaś dzieckiem?

Przez większość mojego dzieciństwa chciałam być archeologką. Interesowała mnie historia, architektura i mitologia starożytnego Egiptu. Marzyłam o tym, aby wziąć udział w wykopaliskach archeologicznych, a pewnego dnia odkryć grobowiec nieznanego faraona i stać się nowym Howardem Carterem (przyp. red. Howard Carter był brytyjskim archeologiem, który w 1922 roku odkrył grobowiec Tutanchamona).

● Dlaczego wybrałaś studia w Polsce?

Jednym z powodów był wysoki, odpowiadający standardom Unii Europejskiej poziom edukacji oferowany przez polskie uniwersytety. Poza tym studiowanie za granicą jest wspaniałym, niepowtarzalnym doświadczeniem, pozwalającym rozwijać się w wielu kierunkach. Daje też możliwość nawiązania znajomości z ludźmi z całego świata, które mogą przetrwać wiele lat.

Jakie są ważne tradycje w Twoim kraju?

Tradycyjne, kolorowe sukienki, noszone przez kobiety w Tadżykistanie na co dzień. Nowym popularnym zwyczajem jest wykorzystywanie tradycyjnych kolorowych tkanin, nazywanych **adras**, do szycia ubrań w nowoczesnym stylu. Staram się czasami włączać elementy tradycyjnego stroju tadżyckiego do swojego ubioru.



Przykłady kolorowych tkanin adras



Anaita Kiyamova
w strojach regionalnych

● Jakie tradycyjne święta obchodzi się w Tadżykistanie?

Obchodzimy Nowy Rok, czyli **Nowruz**, co można przetłumaczyć jako „nowy dzień”. Nasz Nowy Rok zaczyna się 21. marca, w czasie wiosennego przesilenia i trwa 3-4 dni. Również obchodzony 8. marca Międzynarodowy Dzień Kobiet jest w Tadżykistanie świętem narodowym.



Nowy Rok, czyli Nowruz

● W co lubiłaś się bawić, kiedy byłaś dzieckiem?

Jedną z moich ulubionych rozrywek była zabawa w chowanego. Mam wielu kuzynów i jako dzieci bawiliśmy się w ogrodzie moich dziadków. Było tam wiele świetnych kryjówek, a najlepsza zabawa była wtedy, kiedy się ściemniło.

● Jak się mówi „dzień dobry” i „dziękuję” po tadżycku?

Dzień dobry - **soobh ba khayr**

Dziękuję - **tashakoor** albo **rahmat**

Субҳ ба хайр

ташаккур | раҳмат

● Krajobrazy Tadżykistanu



● Twierdza Hisor



Pamir, jezioro Jaszilkul („zielone”)
– jezioro osuwiskowe w Tadżykistanie, w Górskim Badachszenie



Źródło lecznicze Garm-Chashma
– to gorące źródło w górach pasma Ishkoshim w autonomicznej prowincji Gorno-Badakhshan

Chibundu Nzelibe • Nigeria



● Dlaczego chcesz być lekarzem?

Chcę pomagać innym, uwalniając ich od bólu i cierpienia oraz poprawiając jakość ich życia. Poza tym fascynuje mnie współczesna medycyna, a zwłaszcza związane z nią wynalazki.

● Czy masz ulubione danie ze swojego kraju?

Tak, afrykańska sałatka o nazwie **abacha**. Robi się ją z umytego i ugotowanego manioku pokrojonego na cienkie plasterki. Chętnie opowiem, jak ją zrobić, chociaż większość składników nie jest dostępna w Polsce:



- Oplucz strąki afrykańskiego drzewa fasolowego *ugba* w ciepłej wodzie.
- Rozpuść w wodzie bogaty w sól potasową potaż (węglan potasu) i przecedź, a następnie wymieszaj roztwór z olejem palmowym, aż powstanie żółtawa pasta.
- Postaw na ogniu i dodaj *ehu* (mieloną jamajską gałkę muszkatołową), pieprz, raki i przyprawy.
- Wymieszaj, dodaj pokruszone kostki rosółowe, pokrojoną cebulę i *ugbę*. Zdejmij z ognia.
- Dodaj *ogiri* (przyprawę ze sfermentowanych nasion *ugby*) i wymieszaj, a następnie dodaj mięso i rybę.
- Dodaj maniok i solidnie wymieszaj, żeby składniki dobrze się połączyły.
- Dodaj posiekaną nigeryjską roślinę *utazi* i posól do smaku. Przybierz posiekаныmi liśćmi bakłażana nigeryjskiego i plasterkami cebuli.

Sałatka abacha

● Czy są jakieś tradycyjne tańce nigeryjskie?

Popularnym młodzieżowym tańcem w Nigerii jest **atilogwu**, wywodzący się z **grupy etnicznej Igbo**. Jest bardzo energetyczny i zawiera elementy akrobatyczne.



● Mężczyźni z plemienia Igbo wykonują tradycyjny taniec



● Nigeryjskie kobiety na festiwalu folkowym

● Co szczególnego jest w Twojej kulturze?

Nigeria jest krajem wielokulturowym, zamieszkanym przez ponad 250 grup etnicznych, mamy więc wiele różnych języków i tradycji. Bliższe są nam wartości tradycyjne niż te oferowane przez zglobalizowaną kulturę.

● W co lubiłaś się bawić, kiedy byłaś dzieckiem?

W chowanego z moim rodzeństwem i dziećmi z sąsiedztwa. Większość czasu spędzałam na dworze: urządzaliśmy wyścigi, bawiliśmy się w chowanego, jeździliśmy na butorolkach i hulajnogach. Teraz gram w koszykówkę.



● Kto jest najślawniejszą osobą pochodzącą z Twojego kraju?

Jedną z najbardziej znanych jest piosenkarz **Wizkid**.

● Czy są jakieś zaskakujące wynalazki rodem z Nigerii?

Tak, pierwsza rakieta na paliwo stałe została wynaleziona przez 26-letniego **Shehu Saleha Balamiego**. Jej start odbył się w 2008 r.

Chibundu Nzelibe • Nigeria

- **Czy możesz polecić piękne miejsca w Nigerii, gdzie warto pojechać na wakacje?**
Największą popularnością cieszą się:



1. Abudża (stolica)

1. widok na dzielnicę biznesową
2. widok na Meczet Narodowy
3. kościół katolicki
- Narodowe Centrum Chrześcijańskie



2. Lagos



3. Jezioro Jabi



4. Aso Rock

- **Jak się mówi „dzień dobry”, „dziękuję” i „jak się masz?” w Twoim języku?**

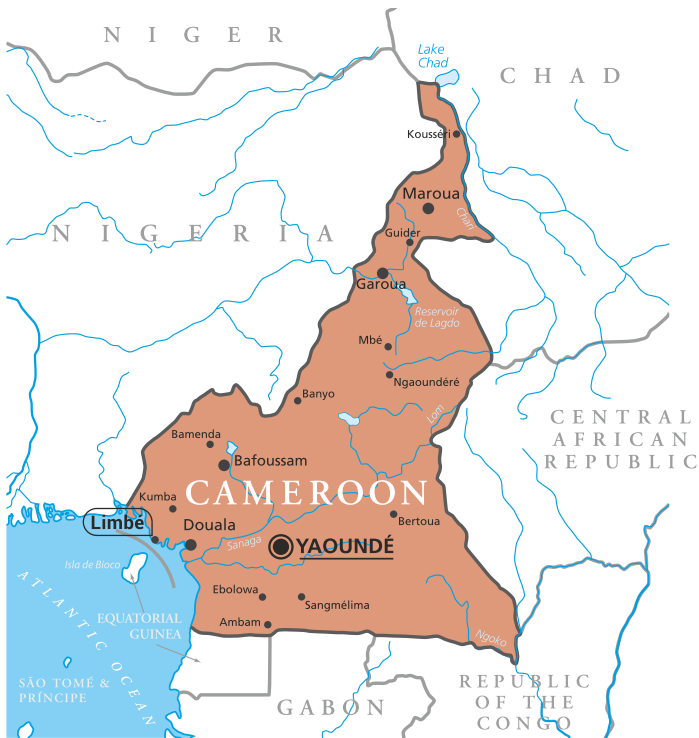
Dzień dobry – *Ututu oma*

Dziękuję – *Daalu*

Jak się masz? – *Kedu ka i mere?*

} W igbo, jednym z głównych języków nigeryjskich

Derrick Kang Etape • Kamerun



● Dlaczego chcesz zostać lekarzem?

Medycyna pociąga mnie dlatego, że daje mi ogromną satysfakcję. Kiedy towarzyszę pacjentowi w trudnych chwilach jego życia, a potem obserwuję poprawę jego zdrowia, czuję się, jakby ktoś dodał mi skrzydeł.

● Czy był to Twój wymarzony zawód, kiedy byłeś dzieckiem?

Zacząłem o nim marzyć podczas pobytu w Zambii, kiedy udzieliłem pierwszej pomocy pewnej dziewczynce i poczułem, że sprawia mi to wielką radość. Wcześniej chciałem być prawnikiem.

● Dlaczego wybrałeś studia w Polsce?

Wybrałem Polskę ze względu na obecność rodziny w Europie. Jest mi o wiele łatwiej, kiedy mam ich blisko.



● Co było Twoim ulubionym daniem, kiedy byłeś dzieckiem?

Ndole – aromatyczna kameruńska potrawka ze szpinaku i liści afrykańskiej odmiany wernonii z czosnkiem, rakami, krewetkami i wołowiną. W domu zazwyczaj gotuje ją moja starsza siostra.

● Ndole

Derrick Kang Etape • Kamerun

● Jakie są ważne zwyczaje w Twoim kraju?

Mamy nawyk pozdrawiania nieznajomych, staramy się bowiem, żeby inni dobrze się czuli. Odzywamy się tylko pytani i odnosimy się z szacunkiem do starszych.

● Jaka jest Twoja ulubiona tradycja?

Witanie noworodków w lokalnej społeczności. Od momentu narodzin dziecka wszyscy są bardzo przejęci i czekają na przyjazd noworodka ze szpitala. Wyprawia się wówczas wielkie przyjęcie, na którym jest dużo jedzenia i picia, a dziecku nadaje się imię. Mamy takie powiedzenie, że dziecko wychowuje cała społeczność.

Istnieje również niepisana tradycja dotycząca zwyczajów związanych ze świętami Bożego Narodzenia, Wielkanocy, Nowego Roku i innych. Moje najbardziej ekscytujące wspomnienie z dzieciństwa dotyczy Bożego Narodzenia. Mniej więcej trzy miesiące przed świętami w każdym gospodarstwie kupowano pisklęta kur, żeby dzieci mogły o nie dbać i obserwować jak rosną. Każdy dzieciak z sąsiedztwa był tym bardzo przejęty. Czasami porównywaliśmy, czyj kurczak jest większy.

● W co lubiłeś się bawić, kiedy byłeś dzieckiem?

Bardzo lubiłem futbol. Spędzałem dużo czasu na świeżym powietrzu, godzinami grając w piłkę z kolegami.



● Jaki ciekawy wynalazek pochodzi z Kamerunu?

Arthur Zang, Kameruńczyk, wymyślił urządzenie, które bada serce. Umożliwia ono pracownikom ochrony zdrowia wykonanie badania kardiologicznego i wysłanie go do specjalisty, który często jest bardzo daleko.



Kto jest najślawniejszą osobą z Kamerunu?

Myślę, że **piłkarz Samuel Eto'o**, słynący z nadzwyczajnych umiejętności. Wygrał wiele rozgrywek i zdobył liczne medale.

● Czy mógłbyś polecić jakieś piękne miejsca w Kamerunie?

Limbé i Jaunde (Yaoundé - stolica) – urokliwe miasta, cieszące się już sporą popularnością wśród turystów.

Jaunde (Yaoundé)



● Limbé

Hadi Abou Samara • Syria



● Dlaczego chcesz zostać lekarzem?

Pasjonuje mnie to od dziecka. Wymarzyłem sobie ten zawód, kiedy byłem mały i tak już zostało. Tym bardziej, że ze względu na sytuację polityczną mój kraj bardzo potrzebuje lekarzy.

● Dlaczego wybrałeś studia w Polsce?

Polska jest jednym z najlepszych krajów w Europie, w których można studiować medycynę w języku angielskim.

● Jaka jest Twoja ulubiona potrawa z dzieciństwa?

Kibbeh (pyszne mięsne klopsiki) mojej babci.



● Jakie są ważne zwyczaje w Twoim kraju?

Sporą wagę przywiązuje się tu do **tradycyjnych damasceńskich ubiorów**. Mamy przepiękne stroje dla kobiet i mężczyzn. Mężczyźni ubierają się w kaftany (rodzaj długiej koszuli), kobiety zaś w długie suknie z rękawami. Głowy, zarówno mężczyzn, jak i kobiet, zdobią zawoje.

● Jaka jest Twoja ulubiona tradycja?

Chyba najbardziej lubię **arada shamia**, taniec wykonywany podczas ślubów w Damaszku przez grupę młodych kobiet i mężczyzn do bardzo popularnych ludowych **pieśni arada**.

● Czy kiedy byłeś dzieckiem, spędzałeś dużo czasu na dworze?

O tak, mnóstwo. Całymi godzinami grałem w piłkę nożną, pływałem i jeździłem na rowerze.

● Kto jest najślawniejszą osobą z Syrii?

Ojciec Steve'a Jobsa, współzałożyciela firmy Apple, był Syryjczykiem.



● Ulice Damaszku
- sprzedawcy herbaty w tradycyjnych strojach



● Handel w Damaszku
- hidżab, muzułmańska chusta na głowę



● Syryjskie wesele
w obozie dla uchodźców w Turcji
(ze względu na sytuację polityczną kraju)

● Jak się mówi „dzień dobry” i „dziękuję” w Twoim języku?

Dzień dobry - *sabah alkhayr* صباح الخير

Dziękuję - *shkran lak* شكراً لك

Najważniejsze miasta Syrii



● Cytadela w Aleppo



● Meczet w Damaszku (stolicy Syrii)

Julia Resch • Niemcy



● Dlaczego chcesz zostać lekarką?

Fascynuje mnie łatwość, z jaką medycyna może odmienić ludzkie życie. Chcę leczyć choroby i pomagać ludziom wracać do normalnego życia. Pragnę, żeby inni mogli doświadczyć tego, co stało się moim udziałem kilka lat temu. Zdrowie jest najcenniejszym skarbem człowieka.

● Czy kiedy byłaś dzieckiem, marzyłaś o zawodzie lekarza?

Kiedy byłam młodsza, miałam wiele marzeń. Zawsze chciałam być sędzią, jednak to, co przeżyłam w związku z moją chorobą i leczeniem, zmieniło mój pomysł na wymarzony zawód.

● Jakie są tradycyjne święta w Twoim kraju?

Nasze święta są bardzo podobne do tych, jakie obchodzi się w Polsce, ponieważ większość mieszkańców Niemiec to również chrześcijanie.

● A jaka jest Twoja ulubiona tradycja?

Oprócz chrześcijańskich świąt, takich jak **Boże Narodzenie**, jest nią na pewno **karnawał**. Ponieważ mieszkam w mieście położonym w pobliżu Kolonii, karnawał jest u nas ważnym wydarzeniem i obchodzimy go co najmniej przez pięć dni.

● Jarmark bożonarodzeniowy, Koblencja

● Karnawał w Kolonii



● Czy spędzałaś dużo czasu na dworze, kiedy byłaś dzieckiem?

Tak! Kiedy byłam mała, nigdy nie było mnie w domu. Moja mama zawsze musiała szukać mnie i moich przyjaciół w lesie.

● Jaki zaskakujący wynalazek pochodzi z Twojego kraju?

Filtr do kawy, wynaleziony w 1908 roku w Dreźnie przez gospodynię domową, która szukała sposobu, żeby parzyć mniej gorzką kawę. Jak do tej pory, bardzo mi się przydaje na studiach!



● Czy mogłabyś polecić piękne miejsca w Niemczech, które jeszcze nie są zbyt popularne wśród turystów?

Zapraszam do Koblencki! To moje rodzinne miasto, pięknie położone u zbiegu Renu i Mozeli. Wzdłuż ich brzegów rozciągają się liczne winnice i malownicze wioski.

● Koblenca - widok na twierdzę Ehrenbreitstein



Widok na Koblenckę z mostu Balduina



● Region winiarski rzeki Mozeli



Bazylika św. Kastora w Koblencku

● Jak się mówi „dzień dobry”, „dziękuję” i „jak się masz?” po niemiecku?

Dzień dobry – *Guten Morgen*

Dziękuję – *Danke schön*

Jak się masz? – *Wie geht es Dir?*

Karolina Oderkiewicz • Polska

Studentka 4. roku studiów na kierunku lekarskim w języku polskim,
Koordynator Lokalnego Projektu IFSMA,
administrator fundacji NoHate,
członek SKN Chirurgii Ogólnej i Onkologicznej.



- **Jakie jest Twoje pochodzenie?**
Jestem Polką. Od urodzenia mieszkam w Polsce.
- **Dlaczego chcesz zostać lekarką?**
Uwielbiam biologię i naukę o ciele człowieka. Od zawsze ciekawiło mnie, jak funkcjonuje ciało i jak można zwalczać różne choroby.

- **Czy marzyłeś o tym zawodzie jako dziecko?**

Zawsze chciałam być weterynarzem. Dopiero po liceum zrozumiałam, że to ludziom chciałabym pomagać i wspierać ich podczas całego procesu leczenia.

- **Podziel się ulubionym przepisem ze swojego kraju lub z dzieciństwa.**

Mój ulubiony przepis to **ciasto jabłkowe** Babci. To ciasto kojarzy mi się ze spotkaniami rodzinnymi w domu moich dziadków. Zjeżdżała się na nie cała rodzina, mogliśmy więc spędzić wspólnie czas przy rodzinnym stole. Babcia była mistrzynią robienia tego ciasta. Teraz piecze je moja ciocia i mama.



Oto przepis:

- Dodaj do miski po 1 szklance cukru, mąki i kaszy manny.
- Do tego dodaj 1 łyżeczkę proszku do pieczenia i wszystko wymieszaj.
- Obierz i zetrzyj na tarce 8-10 jabłek.
- Wysyp na wysmarowaną masłem i posypaną tartą bułką blaszkę 1 szklankę sypkich składników z miski.
- Użyj połowy startych jabłek do posypania blachy.
- Następnie dodaj kolejną szklankę sypkich składników.
- Wyłóż pozostałe jabłka.
- Na wierzch daj ostatnią szklankę sypkich składników i zetrzyj na tarce kostkę masła (nie margaryny).
- Wstaw do piekarnika i piecz ok. 45-50 minut w temperaturze 180 stopni.

Jakie są ważne zwyczaje w Twoim kraju?

Wydaje mi się, że dużo zwyczajów w moim kraju związanych jest z religią, przynajmniej w mojej rodzinie tak jest: dzielenie się opłatkiem w **Wigilię**, chodzenie na **Pasterkę** oraz święcenie pokarmów w **Wielkanoc**. Kiedy jestem w rodzinnym mieście, zawsze staram się przestrzegać tradycji, które znam z dzieciństwa. Niestety, odkąd zamieszkałam w Łodzi, czasami ciężko znaleźć na to czas.

Święcenie pokarmów w Wielkanoc



Wigilia Bożego Narodzenia



Święto narodowe w strojach ludowych



Lany Poniedziałek

Co jest takiego wyjątkowego w Twojej kulturze?

Dla mnie wyjątkowe jest to, że bardzo szanujemy naszą historię. **Święta narodowe** są zawsze obchodzone w podniosły i uroczysty sposób. Jestem niesamowicie dumna, że potrafimy się zjednoczyć i świętować tak ważne wydarzenia.

Jakie są tradycyjne święta w Twoim kraju?

Nie wiem, czy obchodzi się to jeszcze w innych krajach, ale na myśl przyszedł mi **Lany Poniedziałek**. Jest to poniedziałek po Niedzieli Wielkanocnej, kiedy wszyscy oblewają się wodą. W sklepach można wtedy kupić przeróżne zabawki do polewania wodą.

Jaka jest Twoja ulubiona tradycja?

Spędzanie czasu z rodziną w święta. Do mojego domu na każde **święta Bożego Narodzenia** przyjeżdża około 30 osób. Jest bardzo głośno, śpiewamy stare i nowe kolędy, jemy tradycyjne posiłki i opowiadamy śmieszne historie. Wszyscy z niecierpliwością czekają na Świętego Mikołaja, lecz otrzymanie prezentu nie jest takie łatwe, bo żeby go dostać, trzeba coś zaśpiewać! Nie wyobrażam sobie innych świąt, niż w gronie moich najbliższych.



Polonez - tradycyjny polski taniec

● Czy są u Was jakieś popularne tradycyjne tańce?

Mamy ich kilka, ale nie są zbyt popularne wśród młodych ludzi. Są grupy tańca tradycyjnego, które tańczą różne tańce, takie jak krakowiak, mazurek czy oberek. W mojej szkole, zarówno podstawowej, jak i liceum, każdy na zakończenie tańczył **poloneza**. Bardzo miło to wspominać.

● Jaki jest Twój ulubiony sport?

Uwielbiam jeździć konno i pływać. Wychowałam się na wsi, więc w dzieciństwie każdą wolną od szkoły chwilę spędzałam na podwórku z kolegami z sąsiedztwa. Dużo graliśmy w piłkę nożną, siatkówkę i bawiliśmy się w chowanego. Kiedy byłam starsza, najczęściej jeździliśmy na wycieczki rowerowe.

● Jaki zaskakujący wynalazek lub produkt wyszedł z Twojego kraju?

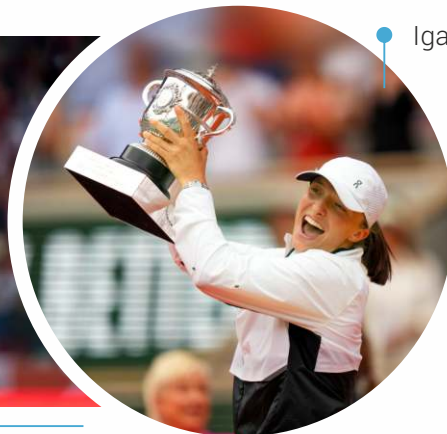
Nie każdy o tym wie, ale adrenalinę odkrył polski lekarz. Również kamizelka kuloodporna to wynalazek Polaka.

● Jakie są najbardziej znane osoby z Twojego kraju? Z czego słyną?

Robert Lewandowski jest chyba jednym z najbardziej rozpoznawanych polskich piłkarzy w dzisiejszych czasach. Wydaje mi się, że osoby, które interesują się sportem rozpoznają też **Igę Świątek**, ponieważ ostatnio jej zwycięstwa w tenisie są rozgłaszane na całym świecie.



● Robert Lewandowski



● Iga Świątek



● Czy mogłabyś polecić piękne miejsca w swoim kraju, które nie są znane wśród turystów?

Wydaje mi się, że mało turystów odwiedza Mazury. Jest to miejsce z dużą ilością jezior i lasów, więc osobom, które chcą odpocząć od zgiełku miasta, na pewno się spodoba. Jest to idealne miejsce na wyjazd ze znajomymi na weekend do domku nad jeziorem.

Mara Cornils • Niemcy



● Dlaczego zapragnęłaś zostać lekarką?

Dlatego, że zafascynowała mnie medycyna sądowa.

● Marzyłaś o tym, kiedy byłaś dzieckiem?

Nie, wtedy chciałam być czarownicą (zaczytywałam się w Harrym Potterze), garncarką, dżokejką, reżyserką i archeolożką. Kto wie, może jeszcze zostanę którąś z nich?

● Jaka jest Twoja ulubiona potrawa z dzieciństwa?

Od zawsze jest nią sałatka ziemniaczana mojej mamy; robi ją zawsze, kiedy przyjeżdżam do domu. Koniecznie musisz jej spróbować, jest naprawdę pyszna.

Północnoniemiecka sałatka ziemniaczana

Potrzebne składniki:

- ziemniaki (zużywamy 1 kg na 4 osoby, ale my dużo jemy)
- korniszony (1 duży słoik albo tyle, ile uznasz za stosowne)
- cebule (1-2 szt.)
- (wegański) majonez (1 duży słoik)
- jogurt grecki albo sojowy (2 duże słoiki)
- sól i pieprz
- musztarda (do smaku)

1. Obierz ziemniaki, pokrój je w kostki na jeden kęs i ugotuj.
2. Wymieszaj majonez, jogurt, posiekaną cebulę i połowę korniszonów.
3. Dodaj trochę soku z korniszonów.
4. Dodaj sól, pieprz i musztardę do smaku.
5. Kiedy ziemniaki ostygną, dodaj je do sałatki.
6. Na wierzchu połóż resztę korniszonów.

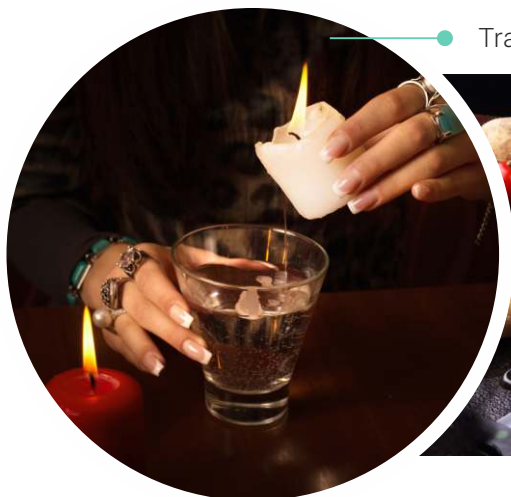
Smacznego!



Jakie są ważne zwyczaje w Twoim kraju?

Kiedy ktoś ma urodziny, NIE WOLNO składać życzeń ani zachęcać do odpakowania prezentów wcześniej niż te urodziny wypadają, bo przynosi to jubilatowi pecha.

W Sylwestra **lejemy roztopiony ołów (teraz głównie wosk albo cynę)** do zimnej wody i na podstawie cienia tego, co nam wyszło, przewidujemy co się wydarzy w nadchodzącym roku. Również w Sylwestra mamy tradycję oglądania starej komedii „Obiad dla jednego”, nadawanej wtedy w telewizji przez cały dzień.



Tradycja lania wosku



Raclette



A skoro o Sylwestrze mowa, to popularnym zwyczajem jest robienie **raclette**. Wiesz, co to jest? Na stole ustawiamy elektryczny grill z małymi patelniczkami, na które każdy nakłada sobie to, co lubi: ziemniaki, mięso, paprykę i inne pyszne rzeczy, a na to wszystko ser. Potem stawiasz patelniczkę na grillu, ser się roztopia i ... palce lizać.

W co lubiłaś się bawić, kiedy byłaś dzieckiem?

Graliśmy często w „chińczyka” i popularne gry, jak na przykład „Memory”. Wymyślałam też różne historie razem z mamą i babcią, potem opowiadałyśmy je sobie zmienionym głosem.

Jaka była Twoja ulubiona bajka, kiedy byłaś dzieckiem?

Lubiłam **baśnie braci Grimm**, takie jak:

„Czerwony Kapturek”, „Jaś i Małgosia” czy „Rumpelszyk”. Lubiłam także „Struwwelpeter” („Staś Straszdyło”). Jest to zbiór dziesięciu rymowanych opowieści o dzieciach, których wybryki sprowadzają na nie drastyczne konsekwencje. Cieszą się w Niemczech ogromną popularnością i mają przestrzec dzieci przed niefrasobliwymi zachowaniami.

Malowany dom ze scenami z baśni braci Grimm - Steinau, Niemcy (miasto dzieciństwa braci Grimm)



„Staś Straszdyło” („Struwwelpeter”) - scena z bajki Heinricha Hoffmanna na znaczku pocztowym

● Jakie zaskakujące wynalazki pochodzą z Twojego kraju?



● **Samochód**
- Karl Benz & Friedrich Daimler (1886)



● **Choinka** - (1415)



● **Gumisie** (želki) - Hans Riegel (1922)

● **Pasta do zębów**
- Ottomar von Mayenburg (1907)



Melek Sidi Benali • Algieria



● Dlaczego chcesz zostać lekarką?

Szczerze mówiąc, zaczęło się od chęci ulżenia mamie. Bezustannie choruje i nie lubi szpitali, postanowiłam więc jej pomóc, zostając lekarką. Później zakochałam się w ludzkim ciele i wszystkich jego aspektach, od anatomii po fizjologię. Fascynuje mnie niezliczona ilość sposobów, na które coś może się w nim stać niedobrego. Mam też nadzieję, że wprowadzę zdobyte chińskich nauk medycznych oraz metody terapii do medycyny zachodniej, ponieważ niewiele osób wie o wschodnich metodach diagnozowania i leczenia.

● Czy była to Twoja wymarzona praca, kiedy byłaś dzieckiem?

Zawsze chciałam pomagać, więc kiedy byłam mała, myślałam żeby zostać weterynarzem. Po incydencie z moim kotem pomyślałam, że lepiej pójdzie mi pomaganie ludziom.

Jaka jest Twoja ulubiona algierska potrawa?



Rechta (risz-ta) - zrobiony z mąki z pszenicy durum makaron przypominający spaghetti. Zgodnie z tradycją robi się go na święta religijne, wesela i duże imprezy. Podawane do niego dodatki (zwykle osobno ugotowany kurczak, biała rzodkiew japońska i ciecierzycy) mogą się różnić w zależności od miejsca, w którym jest podawany. Przygotowanie *rechty* to zadanie dla całej rodziny - nie można go wykonać samodzielnie, ponieważ jego ugotowanie wymaga czasu i wielu rąk. Po wyrobieniu ciasta z mąki aż stanie się miękkie przepuszcza się je przez maszynkę do makaronu, po czym pozostawia do przeschnięcia na białych płachtach rozłożonych po pokoju.

Następnie przerabia się je na wyglądającą jak spaghetti **rechte**. Ponieważ przyrządza się ją głównie podczas świąt, atmosfera podczas jej przygotowywania jest wyjątkowo uroczysta i dostarcza niezapomnianych wrażeń. Odkąd wyemigrowaliśmy z Algierii w 2013 roku, przygotowywanie *rechte* z moją niewielką rodziną przywołuje wiele pięknych wspomnień z uroczystości, w których kiedyś uczestniczyliśmy i sprawia, że trochę tęsknię za domem.

● Jakie są ważne zwyczaje w Twoim kraju?

Najważniejsze i najciekawsze związane są ze ślubami. Wszystkich należy przestrzegać, nie pomijając żadnego – a przygotowania trwają około roku. Odbывают się trzy oficjalne spotkania rodzin dziewczyny i chłopaka. Najpierw chłopak prosi o rękę dziewczyny. Następnie rodzina dziewczyny sprawdza informacje o chłopaku, pytając sąsiadów, przyjaciół i krewnych, czy nie ma podejrzanego przeszłości. Na drugim spotkaniu rodzina dziewczyny podaje warunki małżeństwa i zostaje uzgodniony **mahr**. Jest to „cena”, którą w ramach islamskich zaślubin pan młody płaci pannie młodej. **Mahr** zostaje przekazany dziewczynie na trzecim spotkaniu. Potem urządza się miejsce, w którym zamieszka młoda para. Na około dwa tygodnie przed ślubem rodzina panny młodej zaczyna przygotowywać smakołyki, by na dwa dni przed uroczystością urządzić małe wesele tylko dla jej bliskich. W przeddzień zaślubin panna młoda idzie do łaźni tureckiej. Pan młody z rodziną i przyjaciółmi również poddaje się specjalnym zabiegom w hammamie. Wieczorem odbywa się ceremonia **malowania henną panny młodej**. W oficjalny dzień ślubu siostra i ciotka pana młodego odbierają pannę młodą z rodziną z domu i wiodą ją na miejsce wesela w długim orszaku. Przed wyjściem z domu panna młoda dostaje szklankę wody z kwiatem pomarańczy i kostką cukru jako życzenie słodkiego życia.



Tatuaż z henny na dłoniach panny młodej



Ubrana w **haik** (tradycyjny otomański strój) oblubienicę ojciec prowadzi pod rękę do samochodu. Po przybyciu na miejsce uroczystości witana jest przez matkę pana młodego i bliskich krewnych, którzy częstują ją mlekiem i daktylami (mleko symbolizuje czyste serce, a daktyle - słodkie życie). W ceremonii uczestniczy rodzina, krewni i przyjaciele pana młodego oraz wybrani przedstawiciele rodziny panny młodej i najbliżsi krewni. Wesela są rozdzielone, gdyż kobiety i mężczyźni nie mogą przebywać razem. Mężczyźni przychodzą pod koniec wesela i dopiero wtedy pan młody zajmuje miejsce obok panny młodej. Na początku uroczystości dziewczyna może mieć na sobie różnorodne tradycyjne stroje, potem przebiera się w znaną na całym świecie białą suknię.

Następnego dnia obie rodziny spotykają się na obiedzie, a popołudnie spędzają na otwieraniu prezentów i pogawędkach o ślubie.

● Tradycyjny ślubny strój

● Jaka jest Twoja ulubiona tradycja?

Id al-Fitr (Święto Przerwania Postu) – lubię ten zwyczaj najbardziej, bo jest to uczta po całym miesiącu postu. Szykujemy się do tego przez tydzień, kupując nowe ubrania i przygotowując w domu słodczy. Następnie, począwszy od nocy poprzedzającej **Id**, recytujemy **takbir** (powtarzana wielokrotnie i rytmicznie fraza **Allahu Akbar**), czekając aż rozpocznie się kazanie. W dniu **Id** budzimy się na **fadżr** (modlitwa o świcie), zakładamy nowe szaty modlitewne i idziemy do meczetu na modlitwę i kazanie świąteczne. Po zakończeniu modłów składamy bliskim życzenia; następnie robią to nasi sąsiedzi (sami mężczyźni), którzy zbierają się pod meczetem. Wkrótce potem dzieci zakładają nowe ubrania i wychodzą z rodzicami, aby odwiedzić krewnych; starsi zostają w domu i przyjmują gości. Panującej przez dwa dni tego pięknego święta harmonii nie sposób zapomnieć.

Muzułmanie modlą się o świcie



W drodze do meczetu



Tradycyjne słodkie przysmaki podawane w święto Id al-Fitr

● W co lubiłaś się bawić jako dziecko?

Jest kilka zabaw, które pamiętam ze szkoły, na przykład **krida**. Jest to gra w pięć kamieni dla dwóch do czterech osób. Kamienie muszą być średniej wielkości i okrągłe. Gra rozpoczyna się od losowego rozrzucenia kamieni na małym kwadratowym polu. Następnie bierzesz do ręki kamyk, wyrzucasz go do góry i zanim spadnie, musisz wziąć z ziemi drugi, a następnie złapać ten, który rzuciłeś. Gra staje się tym trudniejsza, im więcej kamieni musisz podnieść z ziemi. W drugiej rundzie musisz rzucić jednym kamieniem i zebrać dwa. W ostatniej rundzie musisz rzucić jeden kamień w powietrze i zebrać wszystkie pozostałe. Wygrywasz, jeśli nie wypuścisz kamieni z ręki. Uwielbiałam też bawić się w udawanie innych. Jako ośmio-dziesięciolatka naśladowałam aktorów z tureckiego serialu i wraz z dwójką rodzeństwa odgrywałam po kilka ról.

Melek Sidi Benali • Algieria

● Jakie piękne miejsca w Twoim kraju, które nie są jeszcze znane wśród turystów, mogłabyś polecić?

Algieria cieszy się obecnie sporą popularnością. Nie brakuje w niej miejsc, które ukazują historię i autentyczne tradycje naszego kraju, na przykład **Hamamat (łaźnie termalne)**, **Sahara**, **Park Narodowy Tasili Wan Ahdzar**, **liczne plaże na wybrzeżu**, **numidyjskie ruiny w Konstantynie**, **ruiny rzymskie w Tipazie** oraz **inne piękne nadmorskie miasta**.

● Kompleks termalny w Guelmie, w Algierii



● Pustynia Sahara



Park Narodowy
Tasili Wan Ahdzar



Ruiny rzymskie w Tipazie



● Numidyjskie ruiny
w Konstantynie



● Algier stolica Algierii

Jak się mówi „dzień dobry”, „dziękuję” i „jak się masz?” w Twoim języku?

Dzień dobry - *sabah-eh-kheyr* صباح الخير

Dziękuję - *ya'tik saha* lub *merci* (po francusku)

Jak się masz? - *weshrak/ki?*

Michelle Myam • Nigeria



● Dlaczego chcesz być lekarką?

Zawsze lubiłam pomagać, a ten zawód pozwoli mi udzielać pomocy tym, którzy tego potrzebują. Zdrowie to podstawa, a jako lekarka będę mogła realizować marzenie, żeby zmieniać świat na lepsze. Już w dzieciństwie marzyłam, żeby nią zostać.

● Jaka jest twoja ulubiona nigeryjska potrawa?

Ryż jollof. Z tego, co pamiętam, pierwszy raz spróbowałam jej, kiedy byłam jeszcze małą. Danie to cieszy się ogromną popularnością w Nigerii i Afryce, a teraz jest już znane na całym świecie. Nie muszę chyba mówić, że przyrządzane w Nigerii jest najlepsze.

● Czy mogłabyś nam podać przepis?

Jasne! Moja mama robi najlepszy ryż *jollof*, więc bardzo proszę.

Będą potrzebne:

- ryż, pomidory albo koncentrat pomidorowy, kurczak, wołowina (w wersji dla wegetarian - bez mięsa), cebula, olej oraz przyprawy; moje ulubione to kostki bulionowe, sól, tymianek, imbir, czosnek, curry i pieprz.

Przyrządzanie:

- Zblenduj pomidory i cebulę.
- Ugotuj kurczaka lub wołowinę, żeby mieć wywar, który dodaje smaku.
- W garnku podgrzej olej, dodaj zblendowane warzywa i smaż przez jakiś czas.
- Dodaj wywar i zagotuj.
- W tym czasie wypłucz ryż i wsyp go do garnka, dodaj przyprawy do smaku.
- Gotuj na wolnym ogniu, dolewając wodę, aż ryż nabierze odpowiedniej miękkości.

Podawaj z wołowiną, kurczakiem lub rybą przyrządzonymi tak, jak lubisz.



Ryż jollof



● Jakie są twoje ulubione nigeryjskie zwyczaje i tradycje?

Jednym ze zwyczajów, który kultywuję, jest **pozdrawianie napotkanych ludzi**. Kiedy przyjechałam do Polski dziwiłam się, że nikt na ulicach i w autobusach nie uśmiecha się do mnie, kiedy ich pozdrawiam. W moim kraju to normalne, że wita się innych, szczególnie jeśli wydają się ode mnie starsi. I każdy odwzajemnia uśmiech.

Moją ulubioną tradycją jest **karnawał w Calabar**, stolicy stanu Cross River. Jest to jedna z największych imprez ulicznych w Afryce i cieszy się ogromną popularnością. Uczestnicy odgrywają różne sceny ubrani w piękne, kolorowe kostiumy. Nigdy nie byłam tam osobiście, ale zawsze dobrze się bawiłam oglądając relacje w telewizji.



Różnorodne oblicza nigeryjskiego karnawału w Calabar



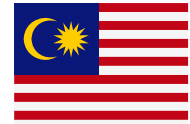
● Jak się mówi „dzień dobry” i „dziękuję” w twoim języku?

Dzień dobry - **u nder ve**
Dziękuję - **msughu**

} w Tiv, jednym z języków nigeryjskich

Nishanth Somasundram

- z Malezji, pochodzenia indyjskiego



● Dlaczego chcesz być lekarzem?

Zawsze byłem zwolennikiem postępu i naprawiania świata, dlatego postawiłem sobie za cel, żeby samemu wznieść się na wyższy poziom. Chcę dalej nad sobą pracować i rozwijać zdolności komunikacyjne, by czuć się pewniej.

● Czy była to Twoja wymarzona praca, kiedy byłeś dzieckiem?

Na pewno nie był to mój pierwszy wybór. Nie wiedziałem, kim chcę zostać, dopóki nie skończyłem liceum. Kiedy dorastałem, byłem wpatrzony w swoją siostrę i we wszystkim chciałem być taki, jak ona.

● Dlaczego na studia wybrałaś Polskę?

Zawsze marzyłem o życiu za granicą, więc możliwość zdobycia dyplomu w innym kraju spadła mi jak z nieba. Polskie uczelnie są znane z wysokiego poziomu edukacji i cieszą się bardzo dobrą opinią w moim kraju.

● Mówiąc o Twoim kraju, jaki tradycyjny sport się w nim uprawia?

Sepak takraw (siatkówka nożna). Gra w nią wielu młodych ludzi.

● Jakie są zasady gry?

Jest to sport zespołowy, rozgrywany plastikową lub rattanową piłką pomiędzy dwoma zespołami składającymi się z dwóch do czterech graczy. Podobnie jak w siatkówce, na boisku rozpięta jest siatka, ale zawodnicy odbijają piłkę stopami zamiast rękami. Standardowo mecz rozgrywany jest w trzyosobowych składach, czasami zdarzają się jednak drużyny dwu- i czteroosobowe. Jeden z graczy zajmuje pozycję z tyłu, jest to tak zwany *tekong*, czyli zagrywający. Pozostali dwaj są z przodu: wystawiający po lewej stronie, napastnik po prawej.

Sepak takraw - siatkówka nożna ●



33.

● **Uprawiasz tę dyscyplinę?**

Czasami, choć moim ulubionym sportem jest doskonale znany w Polsce badminton.

● **W co lubiłeś się bawić jako dziecko?**

Jedną z naszych gier był **chop tiang** (gra w słupki), czyli polskie „komórki do wynajęcia”. Cztery osoby trzymają się najbliższego siebie słupka, a piąta, napastnik, stoi pośrodku, próbując szybko dotknąć którejś z tyczek, gdy gracze zamieniają się miejscami. Jeśli nie dotrzesz do słupka przed napastnikiem, jesteś następnym atakującym.

Lubiłem też bawić się w chowanego i „zamrożonego” berka.

● **Jakie są ważne zwyczaje w Twoim kraju?**

Parę się znajdzie. Zawsze podajemy sobie prawą rękę; używamy jej też do jedzenia i częstowania innych, ponieważ uważamy, że lewa jest nieczysta. Gdy wręczamy komuś prezent, możemy go owinać w papier w dowolnym kolorze poza czarnym lub białym. Nie możemy też nosić czarnych ubrań na spotkania o radosnym charakterze.

● **Czy mógłbyś polecić piękne miejsca w swoim kraju, które nie są jeszcze znane wśród turystów?**

Plaża Tanjung Rhu w Langkawi, nadmorskiej miejscowości wypoczynkowej oferującej wiele atrakcji wodnych i słynącej z parasailingu.



● **Jak powiedzieć „dzień dobry”, „dziękuję” i „jak się masz?” w Twoim języku?**

Dzień dobry - **selamat pagi**

Dziękuję - **terima kasih**

Jak się masz? - **apa khabar?**

Ozzychukwu Zimako • Nigeria



● Dlaczego chcesz zostać lekarką?

Uwielbiam pomagać ludziom, zwłaszcza dzieciom, poza tym naprawdę uważam, że jest to satysfakcjonująca i interesująca praca. Jako dziecko chciałam być doktorem lub nauczycielką, a później dentystką i projektantką wnętrz.

● Jakie są ważne nigeryjskie zwyczaje i tradycje?

Powitanie w Nigerii odbywa się w kolejności starszeństwa. Kiedy witasz się z kimś znacznie starszym, okazujesz mu szacunek spuszczać wzrok i pochylając głowę.

Również śluby zawieramy w tradycyjny sposób. Jednym z najpiękniejszych elementów tradycyjnego **nigeryjskiego ślubu** jest to, że panna młoda ma do wyboru mnóstwo wspaniałych kolorów i tkanin. W plemieniu Joruba (jednym z trzech głównych) zakłada na siebie strój z **aso oke** (gruba tkanina, zazwyczaj zdobiona misternym wzorem i koralikami w wybranym przez siebie kolorze), składający się z **iro** i **buby**, czyli bluzki z rękawami, które rozszerzają się przy nadgarstkach, oraz długiej, sięgającej kostek spódnicy kopertowej. Pan młody również nosi **bubę** i dopasowane do niej spodnie, a na wierzch zakłada **agbadę**, obszerną szatę z otwartymi rękawami. Jego wygląd dopełnia **fila**, nakrycie głowy charakterystyczne dla tradycyjnego ubioru Joruba.

● Tradycyjny nigeryjski strój ślubny



Ozzychukwu Zimako • Nigeria

Zaproszone na uroczystość kobiety noszą **aso ebis**, czyli bardzo ozdobne i wyszukane sukienki. Inną tradycją jest **obsypywanie pieniędzmi** - gest używany w kulturze nigeryjskiej, aby okazać innym radość z ich szczęścia. Odbywa się to podczas chrztów, rozdania świadectw, ślubów, a nawet uroczystości upamiętniających śmierć. Charakterem przypomina to udzielanie bliskim błogosławieństw.



Goście weselni w odświętnych strojach



Festiwal Eyo w Lagos

Jakie są tradycyjne święta w Twoim kraju?

Najbardziej znany jest **festiwal Eyo**, zwykle obchodzony w maju w Lagos. Odbywają się wtedy barwne maskarady, podczas których tancerze w tradycyjnych strojach prezentują różnorodność lokalnych tańców.

Mamy też **New Yam** (święto młodego słodkiego ziemniaka), będący czymś w rodzaju festiwalu zjednoczenia, gromadzącego obchodzące je plemiona, zwłaszcza lud Igbo. Święto obchodzone jest pod koniec pory deszczowej w sierpniu i obejmuje rytuały odprawiane w podzięce bóstwom różnych plemion, świętującym udany rok i rozpoczynającym kolejny rok pracy na roli.



Jaki jest tradycyjny sport w Twoim kraju?

Dambe - boks tradycyjny, niezwykle popularny w północnej części kraju. Podstawowe zasady *dambe* są bardzo surowe i muszą być bezwzględnie przestrzegane. Gracze mają jedną pięść owiniętą bandażem, drugi nadgarstek pozostaje wolny. Walka odbywa się w wysypanym piaskiem kręgu. Jeśli jeden z zawodników przekroczy jego granicę, zostaje natychmiast zdyskwalifikowany, co oznacza przegraną. Ten tradycyjny sport ma jednak wielką konkurencję od czasu wprowadzenia w Nigerii sportów zachodnich.

Dambe - tradycyjny boks w Nigerii

Ozzychukwu Zimako • Nigeria

Kolejna gra, **ayo**, to rozrywka ludu Joruba, wymagająca od uczestników wyjątkowego sprytu i szybkości. Rozgrywa ją dwójka doświadczonych zawodników, którzy starają się zdobyć

więcej nasion. Mają do dyspozycji dwanaście dołków, po sześć z każdej strony; w każdym z nich znajdują się cztery nasiona. Na zdobycie nasion gracze mają trzydzieści sekund: pobierają nasiona z jednego dołka i wkładają po jednym do każdego dołka w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Kiedy po rundzie w dołku są cztery nasiona, mogą wziąć je wszystkie. Ten, kto zdobędzie ich więcej niż przeciwnik, jest zwycięzcą.



● Ayo - lokalna gra ludu Joruba

● Jakie są tradycyjne potrawy w Twoim kraju?



Yam z jajecznicą
(Yam - popularna na świecie roślina
inaczej pochrzyn lub chiński ziemniak)



Zupa fufu i egusi



Ryż jollof

● Jak powiedzieć „dzień dobry” i „dziękuję” w Twoim języku?

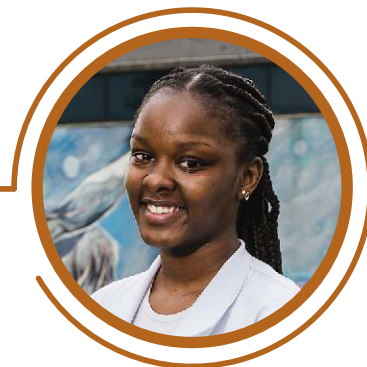
Dzień dobry - **Ụtụtụ oma**

Dziękuję - **Daalụ**

} w Igbo, jednym z języków nigeryjskich

Paidamoyo Cleopatra Chiota

• Zimbabwe



● Dlaczego chcesz być lekarką?

Chciałabym nią zostać, ponieważ medycyna jest fascynująca. Jako lekarka dowiem się wszystkiego o ludzkim ciele: od tego, jak serce pompuje krew, przez leki, które uśmierzają ból, aż po odkrywanie wszystkiego, czego nie widać gołym okiem. Innym powodem jest myśl o tym, że będę mogła – na swój własny sposób – coś zmienić, poświęcając czas, aby pomóc komuś w potrzebie.

● Dlaczego na studia wybrałaś Polskę?

Polska ma dobre, cieszące się międzynarodowym uznaniem uczelnie medyczne o przystępnym cennym.

● Jakie jest Twoje ulubione jedzenie z dzieciństwa? **Sadza.** Przepis jest bardzo prosty.

• Wsyp mąkę kukurydzianą do garnka. Dodaj zimną wodę, aby wyrobić z niej pastę. Postaw garnek na rozgrzanej kuchence i dolej wrzątku, jednocześnie mieszając. Mieszaj, aż zaczną się gotować. Przykryj garnek, zmniejsz ogień i gotuj przez 15 minut. Następnie dodawaj po trochu więcej mączki i, jak mówimy w naszym języku, *mona sadza* (ubij na sztywno) – przyłóż się i zrób to dokładnie. Gdy miks zbliża się do pożądanej konsystencji, przykryj i gotuj go jeszcze przez 5 minut. *Sadza* jest gotowa. Podawaj z warzywami, mięsem, mlekiem itp.



● Sadza

Paidamoyo Cleopatra Chiota • Zimbabwe

● Czy znasz jakieś popularne tańce tradycyjne?

Mamy w Zimbabwe około 12 ważnych tradycyjnych tańców, z których dwa – **jerusalema** i **muchongoyo** – uważane są za najważniejsze i najbardziej charakterystyczne tańce Zimbabwe. Moim ulubionym jest *muchongoyo*.



Tradycyjny taniec etniczny Zimbabwe

● W co lubiłaś się bawić, gdy byłaś dzieckiem?

Uwielbiałam **mahumbwe** (bawić się w dom): udawaliśmy dorosłych, gotowaliśmy posiłki z błota i roślin oraz chodziliśmy do wymyślonej pracy. Ja i moi przyjaciele graliśmy też w *pada* i *ma wadu* (klasy i zbijak), popularne w Zimbabwe dziecięce zabawy.

● Kto jest najbardziej znaną osobą z Twojego kraju?

Strive Masiyiwa, mieszkający w Londynie miliarder i filantrop.

● Czy mogłabyś polecić piękne miejsca w Zimbabwe, które nie są znane wśród turystów?

● Wodospady Wiktorii



Park Narodowy Hwange

● Jak powiedzieć „dzień dobry”, „dziękuję” i „jak się masz?” w Twoim języku?

Dzień dobry - **Mamuka sei**

Dziękuję - **Maita nasa**

Jak się masz? - **Wadii, urisei**

Sekinat Shobowale • Irlandia

- pochodzenie nigeryjskie



● Dlaczego chcesz zostać lekarką?

Bo dzięki temu będę mogła pomagać ludziom i zmieniać ich życie. Wierzę też, że zdrowie to bogactwo i naprawdę ważne jest, abyśmy dbali o nasze ciała. Kiedy byłam dzieckiem, chciałam być doktorem, ale także piosenkarką i koszykarką. Nadal lubię grać w koszykówkę, a jeśli chodzi o muzykę, to gram na ukulele i skrzypcach, lubię też karaoke.

● Jakie było Twoje ulubione danie z dzieciństwa?

Duszony sum z ryżem

Moja mama nauczyła mnie, jak go ugotować, a teraz mówi, że mój jest lepszy. Do jego przygotowania używam filetów rybnych, ponieważ to znacznie ułatwia pracę.

- Rybę włóż do miski, umyj i posól. Następnie zrób sos pomidorowy: weź dwie puszki pomidorów, dwie średniej wielkości posiekane cebule, jedną czerwoną paprykę i dwie papryczki habanero (opcjonalnie - tylko jeśli chcesz, żeby był bardzo ostry). Zblenduj wszystko i odstaw. Wlej olej do garnka i podgrzej. Podsmaż trochę posiekanej cebuli (opcjonalnie). Dodaj zblendowane warzywa i dwie kostki nigeryjskiej przyprawy Maggi. Wymieszaj sos i zagotuj; gdy zacznie się gotować, dodaj sprawioną rybę i zmniejsz ogień. Gotuj, aż ryba zmięknie. W tym czasie przygotuj ryż, podawaj go z sosem.



Duszony sum w sosie pomidorowym

Sekinat Shobowale • Irlandia, pochodzenie nigeryjskie

● Jakie są Twoje ulubione nigeryjskie zwyczaje i tradycje?

Podobają mi się tradycyjne wesela, obrzucanie się pieniędzmi na przyjęciach, pozdrawianie starszych, używanie prawej ręki na znak szacunku. Najbardziej lubię jednak afrykańskie imprezy z tańcami i zwyczaj obsypywania pieniędzmi świętującej osoby (na przykład obchodzącej urodziny).



● Tradycyjne wesele w Nigerii

● Co jest specjalnego w Twojej kulturze?

Myślę, że szacunek, jakim młodzi Nigeryjczycy darzą starszych. Wychowani w takiej tradycji, bardzo często opiekujemy się rodzicami na starość i nie umieszczamy ich w domach opieki, jak to się dzieje w niektórych krajach europejskich.

● W jakie gry grałaś, kiedy byłaś dzieckiem?

W **koszykówkę**, **piłkę nożną** i **rounders** (grę podobną do bejsbolu, popularną głównie w Wielkiej Brytanii i Irlandii). Grają w nią dwie drużyny. Jedna wybija - pałkarz odbija piłkę, a następnie biegnie zdobywając po kolei cztery bazy, podczas gdy druga drużyna jest na boisku. Jeśli drużyna wybijająca nie odbije piłki trzy razy pod rząd, i tak biegnie wokół baz. Drużyna przeciwna próbuje ich powstrzymać przed dobiegnięciem do bazy startowej. Ich zadaniem jest przechwycenie piłki i przyłożenie jej do bazy, do której biegnie pałkarz. Wygrywa drużyna, której zawodnicy najwięcej razy dobiegną do bazy domowej.

● Narodowa Liga Kobiet piłki nożnej w Irlandii



● Piłka do gry w rounders



● Hrabstwo Tipperary w Irlandii



● Olumo Rock w Nigerii



● Kamieniołom Portroe w Tipperary w Irlandii



● Czy mogłabyś polecić piękne miejsca w swoim kraju, które nie są jeszcze zdeptane przez turystów?

- W Nigerii poleciałabym górę **Olumo Rock**
- w Irlandii warto odwiedzić **kamieniołom Portroe w Tipperary**.

Kochani!



Opowiem wam historię pewnego gumowego misia.

Dawno temu mały miś **Stefanek** zachorował i trafił do szpitala, a jego rodzice bardzo się martwili.

- Czuję się jakby ze mnie zeszło całe powietrze - powiedział Stefanek. I właśnie tamtego dnia podjął decyzję, że poszuka czegoś, co by go na powrót napełniło energią do życia.
- Ale jak mam szukać tego czegoś, skoro leżę w szpitalu i nie mogę wyjść na zewnątrz? – pomyślał miś. – Może poszukam tutaj, na miejscu?

Wtedy do pokoju Stefanka wszedł lekarz i z uśmiechem na twarzy powiedział - **Vanakkam!**

- A cóż to takiego? A co to znaczy? – zainteresował się Stefanek i już poczuł w brzuszku łaskotanie narastającej ciekawości. Potem jeszcze długo wypytywał doktora **Altona** o Indie, jego ojczysty kraj i zwyczaje w nim panujące. I o słonie... I o mały też.

Kolejne dni spędzał Stefanek na rozmowach z innymi młodymi lekarzami.

- **Soobh ba khayr** – mówiła każdego ranka doktor **Anaita** z Tadżykisatanu, wchodząc do pokoju, by przywitać się z miśkiem.
- **Ututu oma** – wołała w południe doktor **Chibundu** z Nigerii, przynosząc Stefankowi aromatyczną kameruńską potrawkę **Ndole** przygotowaną przez doktora **Derricka**. Stefanek czuł, że z każdą łyżką tego posiłku jego brzusek wypełnia się nie tylko pokarmem, ale także energią tych wszystkich ludzi, którzy go otaczają i chętnie opowiadają swoje historie. Stefanek bardzo lubił te chwile, kiedy doktor **Hadi** z Syrii specjalnie dla niego wkładał na siebie damasceński strój i śpiewał mu codziennie jedną z tradycyjnych pieśni. Stefanek czuł, jak wibrują w nim te wszystkie nowe informacje. Tym bardziej, że popołudniem zaglądały do niego doktor **Julia** z Niemiec i doktor **Karolina** z Polski i przynosiły upieczony, raz przez jedną, innym razem przez drugą, pachnący cynamonem jabłecznik. Wtedy przychodziła również doktor **Mara**, też z Niemiec, i za każdym razem opowiadała Stefankowi o gumisiach wynalezionych przez pana Hansa Riegla. Stefanek nie mógł się nadziwić, że na świecie są gumowe misie zupełnie inne niż te, które znał ze swojego otoczenia. I to chyba wtedy zapragnął podróżować po świecie, by osobiście doświadczyć tych wszystkich cudów.

Chciał odwiedzić Algierię, rodzinny kraj doktor **Melek**, w którym piękno przyrody i życzliwość ludzi są oszałamiające. Z doktor **Michelle** i doktor **Ozzychukwu** pragnął pojechać do Nigerii i wziąć udział w karnawale w Calabar oraz w festiwalu Eyo w Lagos. Marzył również żeby zagrać w malezyjską siatkówkę nożną z doktorem **Nishanth**, a z doktor **Paidamoyo** zatańczyć w Zimbabwie tradycyjny taniec **muchongoyo**. Odwiedziłby też doktor **Sekinat** w Irlandii, bo nigdy jeszcze nie grał kijem w piłkę. Nabrał niebywałej ochoty na życie, bo jeszcze wielu lekarzy kreśliło w swoich opowieściach świat, jakiego do tej pory nie znał.

I wiecie co? Stefanek wypełnił się na powrót taką energią dzięki tym spotkaniom z młodymi doktorami, że zupełnie wyzdrowiał i teraz nosi go po świecie. Bywa to tu, to tam. Wiem to dobrze, bo spotkałem go w podróży do Japonii. Tam chciał rozkoszować się widokiem kwitnących wiśni.

I Wam Kochani życzę tego, abyście, jak Stefanek, poznawali ludzi i ich kraje, języki oraz zwyczaje, i dzięki temu byście byli pełni energii życiowej i ciekawości świata.



Ten projekt
nie powstałby bez udziału:

Pomysłodawca: **Beata Ogrodowczyk**

Tłumaczenie oraz redakcja: **Paweł Bulski**

Projekt graficzny: **Iwona Kasperkiewicz-Nowak**

Współpraca:

Aleksandra Dastych

Agnieszka Dejda

Aleksandra Hibner

Joanna Wieremiejewicz-Podkościelna

Prof. Sebastian Kłosek

Piotr Dolata



Uniwersytet Medyczny w Łodzi
2023



UNIWERSYTET
MEDYCZNY
W ŁODZI