



Gotujący: Wojciech Kuźmicki z-ca Dyrektora ds. Ekonomiczno-Finansowych, Rafał Tomaszczuk z sekcji Promocji i Informacji Zdrowego Stylu Życia, Grzegorz Łojewski - z-ca Dyrektora ds. Medycznych z NFZ Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego w Białymstoku.

# Czwartkowe Obiady u Diabetyków



Edyta Adamska, specjalista dietetyk, wspomaga proces tworzenia menu oraz merytorycznie wspiera przygotowanie potraw

Czwartkowe spotkania Diabetyków to już tradycja. Jak na obiad przystało, można zdrowo, dobrze zjeść, ale co innego ma tu podstawowe znaczenie. Tradycja królewskich, stanisławowskich obiadów zobowiązuje, a więc i organizator, chcąc jej sprostać zapewnia warunki, które pozwalają Czwartkowym Obiadom u Diabetyków pretendować do miana rozumnych. Przykładem niezwykle interesujący wykład prof. dr hab. Idy Kinałskiej, która w spo-

sób ogromnie sugestywny przekazywała zebranych informacje o nowoczesnych trendach w leczeniu cukrzycy. Dla uczestników są to kwestie niezwykle ważne, bo w obiadach uczestniczą głównie Ci, którym na takiej wiedzy zależy. Cukrzyca stanowi ogromne wyzwanie, ale - jak wskazują doświadczenia - świadomość, dyscyplina, samokontrola, to czynniki decydujące w przeciwdziałaniu występowania powikłań, w dążeniu do osiągnięcia wysokiej ja-

kości życia pomimo wielu niedogodności, które warunkuje choroba. Znajomość nowoczesnych trendów w leczeniu cukrzycy podnosi świadomość chorego, pozwala mu lepiej odnajdywać się w codziennym podejściu do zmagania z cukrzycą, komunikować się z lekarzem w kontrolowaniu i terapii choroby, umiejętnie postępować na co dzień.



Władysław Prochowicz Dyrektor oddziału oraz Wiesław Rajewski  
Dyrektor Programowy TVP Białystok.



Prof. dr hab. n. med. Maria Górską, Konsultant Wojewódzki w Dziedzinie Diabetologii,  
objęła patronatem medycznym Czwartkowe Obiady u Diabetyków.

Często niezwykle wyciekowaną częścią obiadu jest deser – w przypadku Czwartkowych Obiadów u Diabetyków, już tradycyjnie deser artystyczny. Sympatyczną, swobodną ale nastrojową atmosferę spotkania zapewniają utalentowani artyści. Czasami znani, niekiedy to właśnie przez nas odkrywani.



Młoda, utalentowana wokalistka, laureatka Festiwalu imienia Jacka  
Kaczmarskiego - Maria Magdalena Kośnik wykonała piękne ballady.



Prof. Ida Kinalska podczas przygotowywania kociotka z soczewicy,  
o każdym z dodawanych składników mówiła czule i pieśczośliwie.



Degustacja wspólnie przygotowanego posiłku jest jednym  
z elementów Czwartkowych Obiadów.



Prof. Marian Szamatowicz w sposób niekonwencjonalny wspiera proces przygotowania posiłku - usłyszeliśmy piękną balladę Okudźawy.



Krzysztof Szubza - dziennikarz, satyryk, aktor kabaretowy. Na Czwartkowym Obiedzie w roli nadwornego kucharza, przygotowuje tatar z łososia.

Jak na prawdziwy obiad przystao, można również dobrze zjeść. Rolę mistrzów kuchni na jednym ze spotkań przyjęli Prof. Ida Kinalska i Prof. Marian Szamatowicz, udowadniając że naukowcy równie świetnie odnajdują się w kuchni. Duet naukowy wykazał też świetne zdolności organizatorskie – Prof. Kinalska gotowała, zachwalając przy tym w sposób niezwykle uroczy wykorzystywane do potrawy warzywa, Prof. Szamatowicz, w sposób niekonwencjonalny – śpiewając i grając na gitarze – wspierał atmosferę twórczą procesu. Usłyszeliśmy piękną balladę Okudźawy. Zdrowe, pożywne danie z soczewicy wyszło znakomicie, co potwierdzili zebrani na Obiedzie goście, obiecując że również w swoich kuchniach przywrócą do łask to zapomniane a bardzo wartościowe warzywo.

Autor: K.K Foto: Maciej Bogdański



Prof. Maria Górka mówiła o znaczeniu i zasadach diety osób chorych na cukrzycę.



Szacowni goście czwartkowych spotkań - członkowie Podlaskiego Stowarzyszenia Diabetyków, sympatycy, osoby zainteresowane kwestiami istotnymi w życiu z cukrzycą.