

*„Przez zdrowie rozumiem możliwość istnienia pełnym,
dojrzałym, żywym, radosnym życiem,
w ścisłym związku z tym co kocham
- ziemią i wszystkimi jej cudownościami.”*

Katherine Mansfield

Roku Pańskiego Anno Domini 2010.12.09, w mroźny wieczór
- kolejny Czwartkowy Obiad u Diabetyków. Tradycji stało się zadość.
Obiad podano...



Było to szczególne i wyjątkowe spotkanie. Goście, którzy jak zwykle tłumnie przybyli na nasz Obiad nie zapomną tego wieczoru nigdy. Bardzo zróżnicowane menu artystyczne, edukacyjne i kulinarne, dało możliwość obcowania z bogatym wachlarzem doznań. Nowi goście Czwartkowego Obiadu u Diabetyków byli zachwyceni różnorodnością form prezentacji oraz rolą jaką odgrywają nasze spotkania w życiu diabetyków i nie tylko.



O naszych Czwartkowych Obiadach u Diabetyków stało się głośno w szerokim gronie osób chorych na cukrzycę. Styl eleganckiego, mądrego i dobrego spotkania, który zaspokaja nawet najbardziej wybredne gusta, i na którym warto być, skusił gości z Augustowa, Bielska Podlaskiego, Grajewa, Goniądza, Moniek, Sokółki do odwiedzenia i uczestniczenia w tym ciekawym, kulturalnym wieczorze.



Nie zawiódł Marszałek Województwa Podlaskiego Mieczysław Kazimierz Baszko, który już gotował na Czwartkowym Obiedzie. Dziś przybył jako smakosz, i zapewne chciał podpatrzeć jak inni będą „wojować” w kuchni... Ciekawy tych zmagień był także Rzecznik Podlaskiego NFZ Adam Dębski wraz z małżonką.



Zainteresowani taką formą edukacji zdrowotnej jaką jest Czwartkowy Obiad u Diabetyków, złożyli nam wizytę poseł Krzysztof Tołwiński z Panią Dyrektorką Biura Poselskiego - Haliną Dondziłło.



Bywalców oraz nowo zaproszonych gości, przywitała wraz z nami, zawsze uśmiechnięta prof. dr hab. n. med. Maria Górską. Jest niezawodnym opiekunem Czwartkowych Obiadów u Diabetyków. Wspiera nas merytorycznie i służy dobrą radą. Zawsze obecna, podnosi na duchu osoby chore na cukrzycę i przestrzega przed powikłaniami związanymi z chorobą.



Duże wrażenie zrobił zespół wokalny DePe, pod kierownictwem Grzegorza Perkowskiego, który brawurowo zaśpiewał repertuar świątecznych kolęd, oraz umiał czas gościom podczas spotkania. Śpiew na głosy, acapella, z akompaniamentem – skala umiejętności tych młodych ludzi ogromna i wróżąca wielką karierę... Występy zespołu wzbudzały aplauz oraz okraszone były szczerym uśmiechem słuchaczy...



Przez żołądek do świadomości czyli przystępnie o trudnych problemach – to rola naszej misji edukacyjnej, jaką za cel postawiła sobie Redakcja „Cukrzyca a Zdrowie” i konsekwentnie go realizuje. Ponieważ każdy Czwartkowy Obiad u Diabetyków poświęcony jest jednemu z ważnych zagadnień w dziedzinie diabetologii, dietetyki lub podologii...

Tym razem na „danie główne” zaserwowaliśmy wykład na temat „Wartości odżywczych mrożonek”. Pani dr hab. n.med. Danuta Pawłowska, autorytet naukowy, zaprezentowała nam jak ważne są w diecie diabetyka mrożone warzywa i owoce. Wielu gości notowało, i już wiemy iż „zimowy talerz” osoby chorej na cukrzycę nie musi być smutny i mało urozmaicony - może być kolorowy od zdrowych potraw i witamin dostępnych w mrożonkach.





Kulminacją wieczoru było wspólne gotowanie. Kuchmistrzów było trzech - Panów z pierwszych stron gazet. Zarządzają miastem, województwem, parafią, ale okazało się, że także nieźle radzą sobie w kuchni. Przy patelniach i garnkach spotkali się: Wojciech Dzierżowski, Wojewoda Podlaski, Tadeusz Truskolaski, Prezydent Białegostoku, ks. Andrzej Dębski. Do twarzy im było w fartuchach z logo „Cukrzyca a Zdrowie” i „Czwartkowych Obiadach u Diabetyków” w kolorze czekoladowym. Dania okazały się wyśmienite. A i mistrzowie chętnie częstowali swoimi specjałami.



Na pierwsze danie, na stołach pojawiła się staropolskim zwyczajem – kutia, pełna maku i bakalii. Tradycyjny smak dzieciństwa i rodzinnej atmosfery wprowadził gości w świąteczny nastrój i wzbogacił magiczną aurę tego spotkania...Danie to szczególnie przypadło do gustu Panu Tadeuszowi Kulikowskiemu, Burmistrzowi Goniądza.



Następnie - ryba pieczona pod kolorową kołderką i sałatka jarzynowa (pyszne warzywa, wykorzystane w daniach pochodziły z „Chłodni Białystok”, która w swej bogatej ofercie posiada wiele wyśmienitych i zdrowych produktów mrożonych).



Te bogate w witaminy dania przygotowali nam Prezydent Tadeusz Truskolaski i ks. Andrzej Dębski.



Wojewoda Wojciech Dzierżgowski, za to częstował gości własnoręcznie przygotowanymi - rewelacyjnymi śliwkami w gorzkiej czekoladzie...





Po deserze czas na kawę... Goście mieli okazję spróbować GanoCafe Classic, uzyskaną z czarnej kawy wysokiej jakości wzbogaconej ekstraktem z grzyba Ganoderma Lucidum (pol. lakownica lśniąca). Wyciąg z tego grzyba działa skutecznie, zapobiega wielu schorzeniom i wspiera nasz organizm w walce z wolnymi rodnikami. Jest to szczególnie istotne w leczeniu cukrzycy. Daje znakomite efekty terapeutyczne likwidując zawroty głowy, zmęczenie, pragnienie oraz osłabienie. Kawa ta o wyraźnym i niepowtarzalnym aromacie smakowała zaproszonym bardzo...



Nowi goście, byli szczerze zdumieni takim sposobem edukacji - czyli formą Czwartkowych Obiadów u Diabetyków... ale nasi stali bywalcy wiedzą dlaczego ten temat trudny staramy się w takiej formie przekazywać. Tradycja i współczesność, wczoraj i dziś, i rzecz najważniejsza – zdrowie, które jest zawsze aktualne niezależnie od czasu i miejsca.



Radio, telewizja, prasa, wszyscy chcieli wiedzieć jak my to robimy... Wywiady, wywiady...



Kto nas jeszcze nie poznał, interesował się naszym dorobkiem i sięgał po magazyn „Cukrzyca a Zdrowie”.



Goście dopytywali się także o stewię, roślinę 300 razy słodsza od cukru, z której produkty firmy „Stevit” były dostępne podczas naszego spotkania, a którą opisywaliśmy w paru numerach naszego pisma. Pani dr n.med. Janina Bolińska oraz Pan Jerzy Gwoździej przyjęli nasz prezent w postaci suszu z liści stewii i obiecali spróbować...



Zaprezentowaliśmy także produkty firmy „Szarłat”. Jako Redakcja magazynu medycznego jesteśmy propagatorami zdrowego trybu życia. Promujemy więc produkty, które uważamy za pełnowartościowe i ważne w diecie każdego diabetyka. Firma „Szarłat” posiada szeroki asortyment ekologicznych artykułów spożywczych i kosmetycznych, i każdy znajdzie tu coś dla siebie.



Mistrz Ceremoniału Dariusz Szada-Borzyszkowski, zorganizował na koniec konkursy na temat podstawowej wiedzy na temat cukrzycy. Las rąk... Prezenty rozdane w postaci unikalnych plastrów „Neurotest”, do samodzielnego badania stóp u pacjentów z cukrzycą. Nagrodą były także batony czekoladowe „Extend bar” firmy Diagnosis, dla osób z zaburzeniami metabolizmu węglowodanów – przekąska ta szczególnie pomocna jest przy napadach „wilczego głodu” i nocnej hipoglikemii.



Wieczór zakończył się brawami, za które wzruszeni, podziękowaliśmy. Cieszymy się iż nasze starania przynoszą tyle radości i poszerzają wiedzę na temat cukrzycy i jej powikłań. Mamy ogromną satysfakcję z odbioru naszej działalności. Dowodami uznania są uśmiechy i uściśnięcia dłoni oraz podziękowania od naszych gości, których jest coraz więcej i więcej...

