

## Załącznik 2.

W dniu 18 grudnia 2024 roku odbyły się świąteczne warsztaty, w których uczestniczyli studenci kierunku dietetyka. W ramach spotkania nagrano kolejne odcinki programu „Gotuj z dietetyką”, w trakcie których przygotowano potrawy doskonale wpisujące się w tradycję wigilijną, jednocześnie wprowadzając nowe, zdrowe akcenty. Seria "Gotuj z Dietetyką" już po raz trzeci powstaje z inicjatywy doktor Kamili Sobaś we współpracy z Uniwersyteckim Centrum Mediów

W programie znalazły się przepisy na dania, które mogą wzbogacić wigilijny stół, takie jak pasztet z fasoli, piernik marchewkowy czy bezglutenowa kutia. Każda z potraw została zaprezentowana z uwzględnieniem wskazówek dietetycznych, które pozwalają na zdrowsze przygotowanie klasycznych dań świątecznych.

Nagrania będą dostępne na kanale YouTube, co umożliwi szerokiemu gronu odbiorców zapoznanie się z nowoczesnymi, zdrowymi wersjami tradycyjnych potraw.

Po zakończeniu nagrań, studenci oraz pracownicy naukowci uczelni mieli okazję wspólnie zasiąść do wigilijnego posiłku, co stanowiło doskonałą okazję do integracji oraz wspólnego świętowania tego wyjątkowego czasu.

Zachęcamy do śledzenia naszego kanału YouTube, na którym wkrótce będzie można obejrzeć efekty pracy naszych studentów i zapoznać się z inspirującymi przepisami na zdrowe, świąteczne potrawy.

<https://cm.ujk.edu.pl/index.php/m-instytut-nauk-o-zdrowiu/kierunki-studiow-inoz-2/dietetyka/aktualnosci-dietetyka-inoz-2/1823-%C5%9Bwi%C4%85teczne-warsztaty-oraz-kolejne-odcinki-%E2%80%9Egotuj-z-dietetyk%C4%85%E2%80%9D>