**Nietypowa wigilia firmowa? Zaproś dietetyka...**

**Choć dopiero co zaczął się listopad, ale działy personalne niejednego przedsiębiorstwa powoli już są myślami przy dorocznych, firmowych spotkaniach opłatkowych. I to już niemal tradycja wielu podmiotów. To niewątpliwie znakomita okazja do podziękowań, refleksji ale przede wszystkim rozmów ze współpracownikami w okolicznościach mniej formalnych, lecz zarazem szczególnych, bo pełnych ciepła oraz magii związanej ze zbliżającymi się wielkimi krokami Świętami Bożego Narodzenia.**

Spotkania tego rodzaju mają zwykle podobny scenariusz: najpierw są życzenia, potem łamanie się opłatkiem, a następnie wspólne spożywanie wigilijnych potraw, którym towarzyszą długie rozmowy. Ale… choć to spotkanie przepełnione tradycją, wcale nie musi wyglądać za każdym razem dokładnie tak samo.

*- Wspólnie z restauracją Bistro Lokalna chcemy zaproponować organizację firmowej Wigilii w nieco odświeżonej formule, podczas której nie zabraknie typowych elementów, ale za to z sympatycznym – i co ważne – ciekawym motywem przewodnim… - zdradza Remigiusz Filarski, dietetyk z Centrum Dietetyki Stosowanej.*

*- Mowa o świętach z szeroko pojętą dietą w tle! Nie chodzi tu wszakże o trzymanie diety i skrupulatne liczenie kalorii przy świątecznym stole. Wręcz przeciwnie. Chcemy zabrać pracowników firmy przy tej okazji w pasjonującą podróż do krainy smaków i dań – w której tradycja i kultura łączą się blisko z całkiem nowymi formami ich przygotowania. Gwarantujemy, że firmowa Wigilia w nowej odsłonie zapadnie na długo w pamięci i bynajmniej nie z tego powodu, że ktoś wyjdzie stamtąd z pustym żołądkiem - zapewnia z kolei Radosław Majewski.*

Eksperci chcą pokazywać jak łatwo skomponować wigilijne menu nie rezygnując z typowych przepisów, a jedynie lekko je modyfikując, utrzymując ten sam, niezmieniony smak i aromat potraw, ale zyskując „kilka” cennych kalorii w zapasie na kolejne dwa dni Świąt.

Jak dodają, w zanadrzu chcą też zdradzić przy tym kilka sekretów na temat tego, jak przygotować organizm do zbliżającego się bożonarodzeniowego świętowania, aby tuż po nim nie stracić formy (i sylwetki).

*- Z radością odpowiemy na wszelkie nurtujące pytania, wdamy się w pasjonującą dyskusję i co jasne doradzimy w każdym aspekcie związanym z odpowiednim przygotowaniem (również siebie do) Świąt - dodaje Remigiusz Filarski z Centrum Dietetyki Stosowanej.*