

Люди дивилися програму «Смак здоров'я», потім пробували готувати за рецептами, прислали листи до пансіонату

Правильне харчування є складовою довгого та здорового життя. Інколи у людей виникає думка, що це несмачно та дуже дорого. Але насправді все не так. І програма «Смак здоров'я» це підтверджує. Розповідає Ірина Дзюбанчук, автор та ведуча програми.

Чією була ідея створити цю програму?

Ця програма зародилася у нашому лікувально-оздоровчому центрі «Наш дім», раніше його називали пансіонатом. Я там працювала і працюю шеф-поваром. У нашому колективі з'явилася ідея про створення якоїсь програми про корисне та смачне харчування. Разом з нашим колективом ми почали працювати над розвитком цієї ідеї.

Чому вирішили створити саме цю програму?

Для створення цієї програми було дві причини. По-перше, на той час (а саме у 2012-2014 роках) в Україні не було великого попиту на веганську кулінарію. Мало хто знав, як правильно готувати таку їжу, а також про те, чому вона є корисною для здоров'я. Ця ідея тільки ставала популярною.

Це зараз багато людей знають і розуміють, як приготувати щось подібне, а тоді це тільки набирало своєї актуальності. Ми ж хотіли показати, що це смачно, що це легко приготувати в домашніх умовах і, головне, що це може бути недорого. А друга причина в тому, що ми хотіли розповісти про наш пансіонат, щоб люди почули і побачили про нас більше.

З ким ви працювали, хто допомагав вам?

Ми працювали по суті самі, тобто це були ті люди, які захотіли робити цю програму. Ми взагалі не знали, як це робити, тому що у нас не було професійних людей у сфері медіа. Була одна людина, але вона не знала достатньо для того, щоб усе було на високому рівні. Знімали просто аматори, а в кадрі була я. З телеканалом «Надія» була домовленість, вони дали нам необхідну апаратуру: відеокамеру, мікрофони, програми для монтажу відеоматеріалу.

З яким труднощами ваша команда та особисто ви зіштовхнулися?

Особисто я не була готова до такого навантаження. Моя професія – повар. І перше, з чим я зіштовхнулася – невміння стояти перед камерою. У мене не було професійних навиків стояти в кадрі правильно та гарно.

Тому для мене це був свого роду стрес. Канал «Надія» поставив достатньо високі вимоги щодо цієї програми, я це розуміла, тому що їм потрібно було транслювати її на телебаченні. Але наш колектив не був готовий до такого в повній мірі.

Ми часто просто не встигали здавати все у терміни, які вони ставили, тому що знімали у перервах між нашою роботою. На той час кожен працював у пансіонаті, ми були відповідальні за нашу роботу. Було важко розриватися між своєю роботою та зйомками програми «Смак здоров'я».

Де брали ідеї для приготування рецептів?

В основному ці рецепти є моїми. Я вивчилася на професійного повара і знаю, як поєднати продукти та зробити їжу смачною. Я знаю: те, що ми показували, є корисним для здоров'я людини.

Де брали фінансування на кожен випуск?

Відповідь на це питання я не можу дати, тому що я не займалася цим і навіть не дізнавалася про деталі. Можу лише сказати, що канал «Надія» забезпечив нас усім для того, щоб можна було

знімати та монтувати матеріали. Кухонні предмети, аксесуари, які можна було побачити у кожному випуску, а також продукти для приготування купували за рахунок пансіонату «Наш дім», знайшли для цього фінансування.

Що вам найбільше подобалося під час того періоду, коли виходила програма?

В принципі, я полюбила процес зйомок. Також мені дуже подобалося, коли нам писали відгуки. Було дуже приємно чути позитивні речі. Люди дивилися нашу програму, потім пробували готувати, і їм це було до вподоби. Вони присилали листи до пансіонату. Завдяки цій програмі більше людей стало до нас приїжджати. Ми хотіли, щоб про нас почули, і ось відвідувачів стало більше.

Які рецепти можна було побачити у випусках?

Це були легкі рецепти, але всі веганські, тобто в основі були лише живі продукти: овочі, фрукти, зерна та інше. Ми могли показувати, як спекти корисний хліб або приготувати смачний корисний десерт. Також для цих рецептів не потрібно було багато грошей та часу, щоб можна було насолоджуватись.

Чи була ще якась особливість у ваших випусках?

Думаю, розповідь про те, чим був корисний рецепт, за яким ми готували. Інколи ми запрошували на зйомку когось з пансіонату, разом готували за рецептом і знімали матеріал.

Скільки хвилин тривав випуск і скільки знімали весь цей процес?

Кожен випуск тривав приблизно 10-20 хвилин, а сам процес знімання займав від пари годин до половини дня.

Чому програма закінчила свою діяльність?

Ну, по-перше, не збереглася та команда, з якою ми починали. Багато хто переїхав до іншого міста. Я одружилася і народила

дитину, вже якось було не до того. Колектив часто змінювався, по суті не було постійних людей. Та ще й те, що нам було важко усе це робити, ми не встигали поєднувати роботу зі зніманням програми «Смак здоров'я».

Чи хотіли б ви особисто спробувати ще раз вести подібну програму?

Навіть не знаю. Я не думаю, що мені особисто це потрібно. Це був чудовий досвід. Мені подобалося. Але працювати перед камерою дійсно важко, якщо немає знань та навиків. Можливо, як автор рецептів я б спробувала, але не як ведуча.

Чи можна зараз десь побачити ваші рецепти?

Так, звісно можна. Я випустила 4 книги рецептів з веганського харчування, їх можна придбати, там є чудові рецепти. Також ми інколи знімаємо відео з рецептами і публікуємо на каналі «YouTube».

```
<span data-mce-type="bookmark" style="display: inline-block; width: 0px; overflow: hidden; line-height: 0;" class="mce_SELRES_start"></span>
```

Питання – Єлизавета Собкова