



Обращаемся к вам по поручению Президента МОО РДА, врача психонендокринолога М. Богомолова. Скоро более трети населения России будет страдать ожирением. Эпидемически идет прирост заболеваемости сахарным диабетом 2 типа. Через год исполнится 30 лет ...

работы Клуба «Школа здоровья психофизической саморегуляции им. Эрнесто Рома». В Школах диабета все эти годы мы используем «учебные тарелки», чтобы указать, сколько овощей, каши, картошки, рыбы, мяса, соусов нужно разложить на тарелку. Опыт десятилетий показывает, что вернувшись из Школы домой потребитель тут же начинает нарушать данные ему рекомендации, беря в руки обычную белую, черную или иную тарелку. Британцы недавно наладили выпуск «диетических тарелок» (на фото):

