



- 4 AKTUALITY  
Novinky a trendy z celého světa
- 8 **ROZHOVOR**  
Eva Decastelo – Na několik měsíců si vyzkoušela život diabetika
- 10 DESET TIPŮ  
Co udělat pro správnou edukaci?
- 12 CELEBRITY  
Diabetes slavným v kariéře nezabráníl
- 14 CUKROVKA VE FILMU  
Kulky ho nezabily, byl to diabetes
- 16 **EDUKACE**  
Co to vlastně je a jak má vypadat?
- 18 LÉKY A POMŮCKY  
Na co má diabetik za zákona nárok?
- 24 ZMĚNA LÉČBY  
Přechod z léků na inzulín
- 26 PETR HAVLÍČEK  
„Lidé mi koukají do talíře.“
- 28 RECENZE  
Revoluční novinka ve světě glukometrů
- 30 **POLITIKA**  
Víme vše, co na nás ve Sněmovně chystají?
- 32 ABSURDISTÁN  
Trest za cukrovku?
- 33 KNIŽNÍ NOVINKY  
Co by nemělo ve vaší knihovně chybět
- 34 INTERNETOVÉ STRÁNKY  
Jídelníček s nimi hravě zvládnete
- 36 CESTOVÁNÍ  
Navštivte s námi Kalifornii
- 38 **PŘÍBĚH**  
„Co mě při diabetu čeká, jsem věděl.“
- 39 DIALÉKÁRNA  
Pomocníci v léčbě diabetu
- 40 ZDRAVÉ PEČENÍ  
Banánové muffiny z žitné mouky
- 42 **REPORTÁŽE**  
Co zajímavého se děje ve světě diabetu?
- 44 LIBERECKÝ KRAJ  
Přehled územních organizací
- 46 IDF CAMP 2015  
Představení mezinárodního setkání
- 48 ZDRAVÉ SNÍDANĚ  
Proč je důležité snídat? A co vybrat?
- 50 KONVERZAČNÍ MAPY  
Pomocí hry zlepšíme kompenzaci diabetu
- 52 VITAMIN K  
Důležitý pro správné srážení krve i kosti
- 54 **CVIKY PRO KAŽDÉHO**  
Posílíme břicho, hýždě i celé nohy
- 56 ZELENINY  
Poznejte potomky brukve zelné
- 58 **SPECIALITY Z HUB**  
Vyzkoušejte některý z receptů!
- 66 KOMIKS  
O cukrovce s dr. Hodným
- 68 DIÁŘ  
O nic zajímavého nepřijdete
- 69 KŘÍŽOVKA  
Luštěte o zajímavé ceny