



- 4 AKTUALITY
Novinky a trendy z celého světa
- 8 **ROZHOVOR**
Pavel Kříž – „Diabetes je mojí součástí!“
- 10 DESET TIPŮ
Jak odolat na oslavách
- 12 CELEBRITY
Diabetes je zaskočil!
- 14 CUKROVKA VE FILMU
Policajtem ve školce kvůli „hypoglykemií“
- 16 **SVĚTOVÝ DEN DIABETU**
Proč vznikl a co znamená?
- 18 PRAKTICKÝ LÉKAŘ
Je důležitý a kdy se bez něj neobejdeme?
- 22 ŘÍZENÍ S DIABETEM
Jak diabetes ovlivní schopnost řízení
- 24 DIABETES A CELIAKIE
Proč může být lepek nepřítelem diabetiků
- 28 NOVÉ INZULINY
Vývoj inzulínu až po dnešní novinky
- 32 **POLITIKA**
Víme vše, co na nás ve Sněmovně chystají
- 34 ABSURDISTÁN
Sbohem, selský rozum!
- 35 KNIŽNÍ NOVINKY
Co by nemělo ve vaší knihovně chybět
- 36 INTERNETOVÉ STRÁNKY
Přehled webů největších světových organizací
- 38 CESTOVÁNÍ
Poznejte kontinent věčného ledu
- 40 **PŘÍBĚH**
„Nemůžete se spoléhat na ochotu!“
- 42 REPORTÁŽE
Co zajímavého se děje ve světě diabetu?
- 45 DIALÉKÁRNA
Pomocníci v léčbě diabetu
- 46 **STŘEDOČESKÝ KRAJ**
Přehled územních organizací
- 48 ZELENINA
Čínské zelí versus pekingské
- 50 KONVERZAČNÍ MAPY
Edukace poradí, jak se vyrovnat se změnou stravování a léčbou inzulínem při diabetu
- 52 MINERÁLY
Látky, které se nacházejí v lidském těle
- 54 **CVIKY PRO KAŽDÉHO**
Pomožte cvičením krční páteři!
- 56 STOP DIABETU!
Představení knihy prof. Anny Strunecké
- 58 **VÁNOČNÍ RECEPTY**
Připravte si na Vánoce něco chutného!
- 66 KOMIKS
O cukrovce s dr. Hodným
- 68 DIÁŘ
O nic zajímavého nepřijdete
- 69 KŘÍŽOVKA
Luštěte o zajímavé ceny