

10

JAK PŘEZÍT PODZIM

Nenechte si zkazit
náladu počasím

Péče o NOHY

Několik
doporučení,
aby nám
dlouho
sloužily

28

KAŽDODENNÍ STAROSTI A OBAVY DIABETIKŮ

Psychická
pohoda
jako lék

22

18

DESETIBODOVÝ GLYKEMICKÝ PROFIL

Jak ověřit účinnost
léčby diabetu?

RECEPTY

S ATMOSFÉROU PRVNÍ REPUBLICKY

46

Kuchařka s nutričními hodnotami

- 8 Volby 2013
Co slibují volební strany pro zdravotnictví?
- 12 Pozvánky
Víme, kde se děje něco zajímavého
- 16 Celebrity
Poznejte slavné diabetiky
- 24 Nedostatek jódu
Čím může být nebezpečný?
- 26 Od pračlověka po 21. století
Výživa v průběhu věků
- 31 Beaujolais
Kraj a víno

- 34 Absurdistán
Kdo nám hází klacky pod nohy?
- 37 Slevy pro naše čtenáře
Nová rubrika plná slev
- 38 Začínáme sportovat
Sledujte úspěchy a nezdary čtyř čtenářů
- 40 Nevyzpytatelné hypo
Příběhy čtenářů
- 42 Knihy a internetové stránky
Co by vás mohlo zajímat
- 44 Kumquat
Poznáváme exotické ovoce