

OBSAH



- 4 AKTUALITY
Novinky a trendy z celého světa
- 8 **ROZHOVOR**
S Dominikou Býmovou o životě s celiakií
- 12 DESET TIPŮ
Jak správně pečovat o nohy
- 14 CELEBRITY
I s cukrovkou dosáhli svých cílů
- 16 CUKROVKA VE FILMU
Diabetes z perníkové chaloupky
- 18 DIABETICKÁ NOHA
Lepší prevence než léčba
- 22 **DIABETES A RODINA**
Co dělat, když onemocní dítě
- 24 KOŽNÍ KOMPLIKACE
Proč vznikají a jak se léčí?
- 26 DIA TÁBORY
Prázdniny bez rodičů
- 28 **SPORT PŘI DIABETU**
Tréninkový plán nejen pro začátečníky
- 32 POLITIKA
Novinky a rozhovor s Josefem Bernardem
- 34 REPORTÁŽE
Co zajímavého se děje ve světě diabetu?
- 39 ROZHOVOR
S doktorem Janem Brožem o získaném ocenění
- 40 ABSURDISTÁN
Kde se projeví snaha VZP ušetřit?
- 41 KNIŽNÍ NOVINKY
Co by nemělo ve vaší knihovně chybět
- 44 **PŘEDSTAVENÍ MLADÝCH LEADERŮ**
Jak se žije diabetikům ve světě?
- 46 CESTOVÁNÍ
Olympijské Rio de Janeiro
- 48 **EDUKACE**
Učení s pomocí konverzačních map
- 50 ORGANIZACE
Sdružení rodičů a přátel diabetických dětí v ČR
- 51 HISTORIE
Endokrinolog Josef Charvát
- 52 LÉČIVÉ ROSTLINY
Fazol obecný a lopuch větš
- 54 STOPOVÉ PRVKY
Vápník a jeho role v organismu
- 56 CHŮZE PRO ZDRAVÍ
Dopřejte si pořádnou procházku
- 58 **CVIKY PRO KAŽDÉHO**
Posilování s gumovým míčkem
- 60 **KUCHAŘKA**
Recepty středomořské kuchyně
- 66 KOMIKS
O cukrovce s dr. Hodným
- 68 DIÁŘ
O nic zajímavého nepřijdete
- 69 KŘÍŽOVKA
Luštěte o zajímavé ceny

