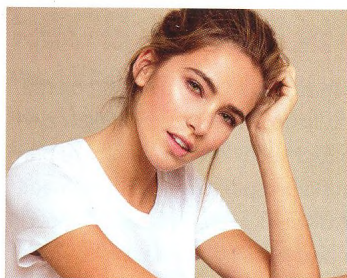


OBSAH



4 AKTUALITY
Novinky a trendy z celého světa

8 ROZHOVOR
s českou miss Andreou Bezděkovou

10 SVĚTOVÝ DEN DIABETU
Přehled pořádaných akcí

12 DESET TIPŮ,
jak o Vánocích nepřibrat

14 CELEBRITY
I s cukrovkou dosáhli svých cílů

16 TÉMA ČÍSLA
Chytrá inzulinová pera

20 STUDIE DIAINFORM
Jak jsme v ČR úspěšní v léčbě inzulinem?

22 ROZHOVOR
s rumunskou psychologičkou Cristinou Petrut

24 PSYCHOLOGIE
Strach je dobrý sluha, ale zlý pán

26 ROZHOVOR
s cyklistickým šampionem Václavem Šňupárkem

28 DIABETICKÁ NOHA
Každodenní realita v podiatrické ambulanci

30 ROZUMÍTE LÉKAŘŮM?
Co znamená, když se řekne...

32 PORADNA
Zeptali jste se odborníků...

34 SELFMONITORING
K druhým narozeninám...

36 PŘÍBĚH BLOGERKY JITKY ŠRŮTKOVÉ
Co mě cukrovka za 22 let naučila

37 RECENZE ČTENÁŘŮ
Timesulin – čepička pro zapomnětlivce

38 POLITIKA
Pivo před jízdou možná nebude hřích

40 ABSURDISTÁN
Dia děti hledají školku

41 KNIHY, WEBY, APLIKACE
Nemělo by ujít vaši pozornosti

44 RETRO
První české inzulinové pumpy

46 REPORTÁŽE
Co se děje ve světě diabetu?

49 ROZHOVOR
Jak se žije diabetikům v Makedonii?

50 PŘÍRODNÍ DROGY
Náprstník červený

52 BYLINNÝ ČAJ
na uklidnění

53 ZELENINA JAKO LÉK
Co dokáže obyčejná cibule?

54 SPORT
Běháme celý rok

56 CVIKY PRO KAŽDÉHO
Cvičíme pilates

58 VÝŽIVA
Mlsat zdravě? Ano, jde to!

60 KUCHARKA
Slavnostní pohoštění bez výčitek

64 DIA MOUČNÍKY
Zdravé cukroví

65 KOMIKS
Hrdinský příběh o diabetu

68 DIÁŘ
O nic zajímavého nepřijdete

69 KŘÍŽOVKA
Luštěte o zajímavé ceny

