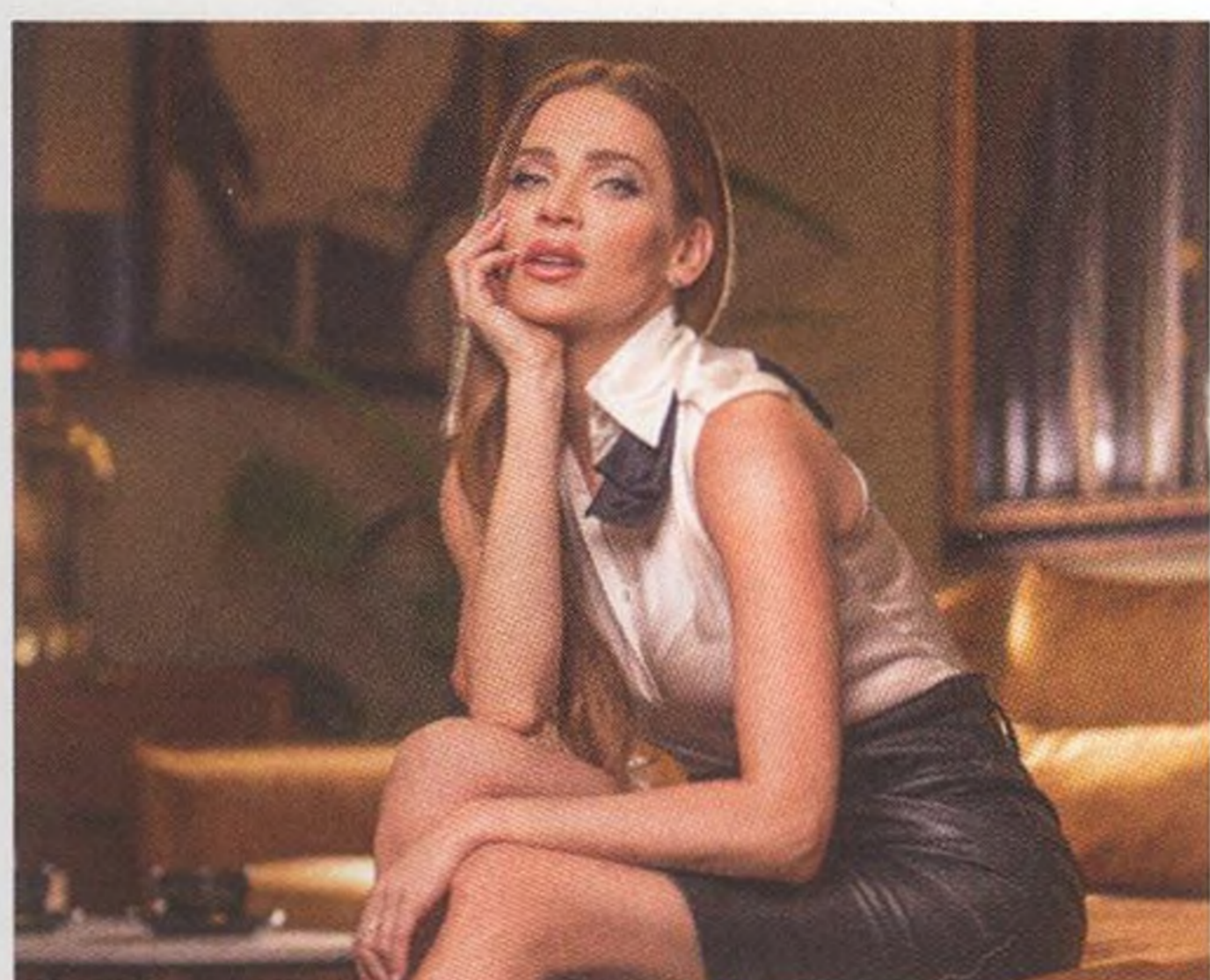


# OBSAH



4 AKTUALITY  
Novinky a trendy z celého světa

7 **ROZHOVOR**  
s modelkou Andreou Verešovou

10 TIPY  
Jak si udržet motivaci k pohybu

12 HLAVNÍ TÉMA  
Nově diagnostikovaná cukrovka 2. typu

16 HLAVNÍ TÉMA  
Chyby při léčbě inzulinovou pumpou

18 EDUKACE  
Co dělat, když chybí vitamin D

20 **TECHNOLOGIE**  
Limity současných hybridních uzavřených smyček

22 LÉČIVÉ ROSTLINY  
Obilniny a dřeviny

23 VÝŽIVA  
Jak na stravu malých diabetiků

26 ODBORNĚ  
Fyzická aktivita při diabetu

28 **SPORT**  
Diabetes a triatlon

31 VÝŽIVA  
Typy kysaných výrobků

32 PSYCHOLOGIE  
Technologie při léčbě diabetu

34 PŘÍBĚH  
Když malé dítě onemocní cukrovkou

36 **DĚTI**  
Základní pravidla resuscitace

40 WEBY, APLIKACE  
Nemělo by ujít vaši pozornosti

42 VÝŽIVA  
Jak jíst zdravě a přitom levně

44 LÁZNĚ  
Léčebna Mánes: místo, kde se léčí diabetes

46 **ROZHOVOR**  
Posilování při diabetu

48 REPORTÁŽE  
Co se děje ve světě diabetu?

49 DIA SPOLKY  
Klub mladých diabetiků

50 EDUKACE  
Jaké sacharidy nejlépe jíst?

51 DIA MOUČNÍKY  
Pečeme zdravěji

52 **CVIČENÍ**  
Protáhněte své tělo

54 BYLINNÁ LÉKÁRNA  
Blahodárné účinky jitrocele

56 Kuchařka  
Zdravě od rána do večera

60 **KOMIKS**  
Hrdinský příběh o diabetu

62 EDUKACE  
Tipy na knihy

64 DIÁŘ  
O nic zajímavého nepřijdete

65 KŘÍŽOVKA  
Luštěte o zajímavé ceny

