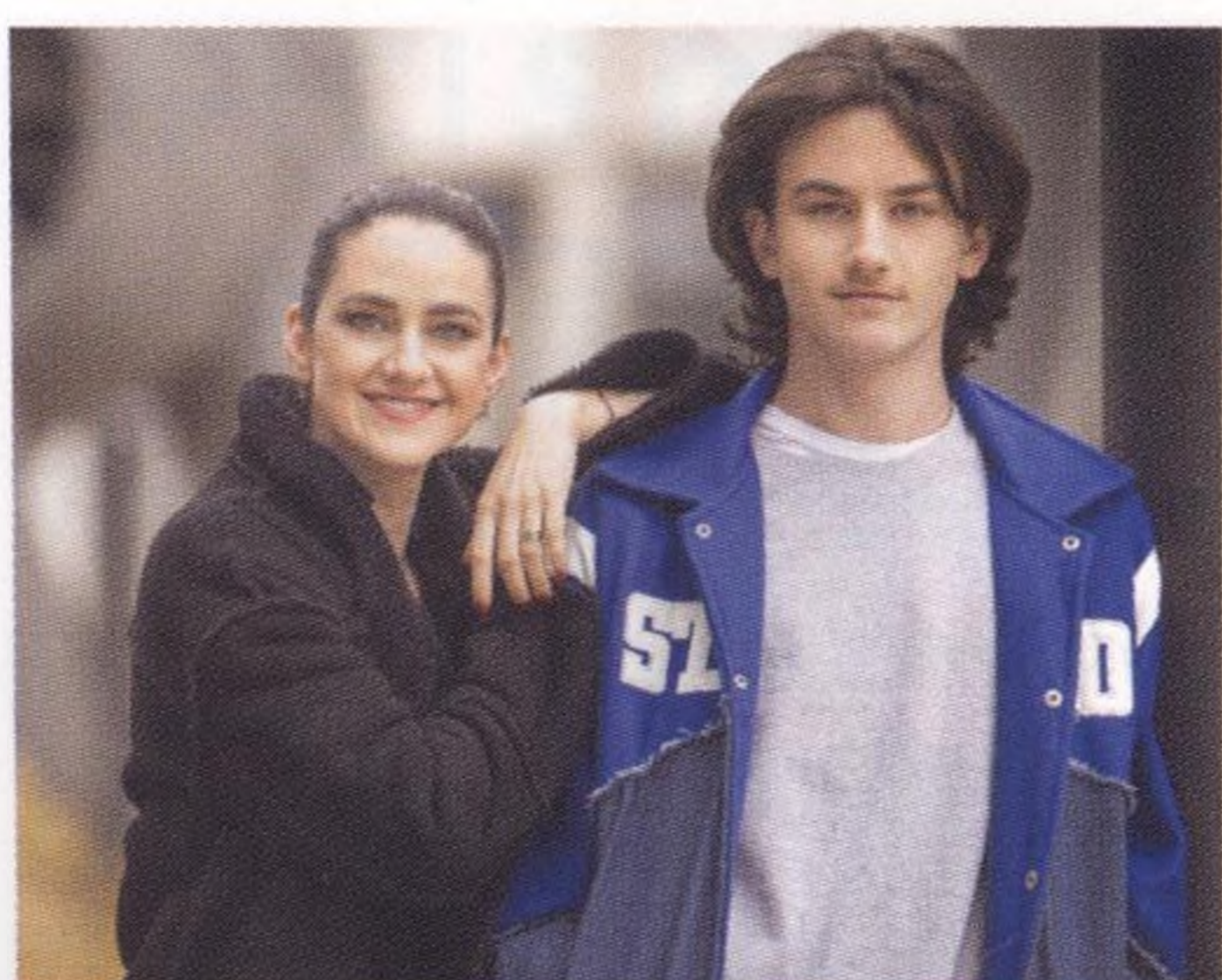


OBSAH



4 AKTUALITY
Novinky a trendy z celého světa

7 ROZHOVOR
s tanečnicí Libuší Rohlíčkovou

10 TIPY
Jak se vyhnout jarní únavě

12 HLAVNÍ TÉMA
Kožní problémy při diabetu

16 VÝŽIVA
Jak zvládnout Velikonoce bez kil navíc

18 HISTORIE
Přehled velikonočních zvyků a tradic

20 VÝŽIVA
Jak se správně vážit

21 PŘÍBĚH KATEŘINY KRÍŽOVÉ
Zhubla jsem 60 kilo

24 EDUKACE
Jak zkrotit diabetes 2. typu

28 ROZHOVOR
Péče o nohy při diabetu

30 PSYCHOLOGIE
Jak zařadit pravidelný pohyb?

32 SPORT
S diabetem v Himalájích

36 ODBORNĚ
Benefity medicinálních hub

38 EDUKACE
Mýty a fakta o cukrovce

40 VÝŽIVA
Jak na jarní detoxikaci?

42 DĚTI
Cukrovka u dětí do věku šesti let

42 POLITIKA
Co se děje

46 REPORTÁŽE
Co se děje ve světě diabetu?

50 VÝŽIVA
Zelené jaro na talíři

52 BYLINNÁ LÉKÁRNA
Bršlice kozí noha

54 DIASPOLKY
Klub ViaDia

55 DIA MOUČNÍKY
Pečeme zdravěji

56 CVIČENÍ
Jóga

58 KUCHARKA
Odlehčené velikonoční pohoštění

62 KOMIKS
Hrdinský příběh o diabetu

64 DIÁŘ
O nic zajímavého nepřijdete

65 KRÍŽOVKA
Luštěte o zajímavé ceny

