

## Pohotovostní služba zubních lékařů – květen 2023

Datum	Den	Jméno	Místo poskytování, telefon
1. 5.	Po	MDDr.et MUDr. Barbora Procházková	Březinova 4420/62a, 586 01 Jihlava, 733 284 783
6. 5.	So	MUDr. et MDDr. Doležalová Eva	Stomatologie Doležalová s.r.o. Znojenská 2716/78 (budova GEO-ING), 586 01 Jihlava, 777 517 711
7. 5.	Ne	MDDr. Gerhard David	Stomatologické centrum Artdent s.r.o. Jihlava, Vrchlického 5282/50, 586 01 Jihlava, 567 331 666, 603 501 650
8. 5.	Po	MDDr. Jírová Jitka	Halasova 5729/12, 586 01 Jihlava, 724 748 222
13. 5.	So	Lékař stomatolog Guresh Mariana	Avicenna Dent s.r.o. Družstevní 449, 588 51 Batelov, 722 927 667
14. 5.	Ne	MDDr. Gurková Dana	Havlíčková 5623/34a, 586 01 Jihlava, 773 669 313, 774 818 088
20. 5.	So	MUDr. Havelková Miroslava	MUDr. Zdeněk Vašek, Palackého 1334, 589 01 Třešť, 567 210 820
21. 5.	Ne	MUDr. Hrdličková Jitka	Znojenská 825/62, 586 01 Jihlava, 567 307 757
27. 5.	So	MUDr. Hrdinová Libuše	Havlíčková 5623/34a, 586 01 Jihlava, 561 039 369
28. 5.	Ne	MUDr. Hlávka Jindřich	nám. 9. května 675, 588 22 Luka nad Jihlavou, tel 567 219 588

Pohotovostní služba je zajišťována SO, NE a svátky od 8:00–12:00 hod.  
Aktuálnost přehledu NUTNO ověřit na recepci Nemocnice Jihlava.  
Vrchlického 59, 586 33 Jihlava, tel. 567 157 211

## SUDOKU Jihlavských novin

### LEHČÍ

	7		3			4		6
			7					
5	9		1			3		
	4				2		1	
			8					
		1		6	5		8	
			6					
	8	3		9		1		
		4		7			6	

Vaším cílem je doplnit tabulku sudoku o zbývající číslice 1 až 9 tak, aby se neopakovala žádná číslice ani ve sloupci, ani v řádce, ani v jednom z devíti čtverců o hraně tři čtverečky.

### Řešení:

1	7	8	3	5	9	4	2	6
4	3	6	7	2	8	5	9	1
5	9	2	1	4	6	3	7	8
8	4	7	9	3	2	6	1	5
3	6	5	8	1	7	9	4	2
9	2	1	4	6	5	7	8	3
7	5	9	6	8	1	2	3	4
6	8	3	2	9	4	1	5	7
2	1	4	5	7	3	8	6	9

### TĚŽŠÍ

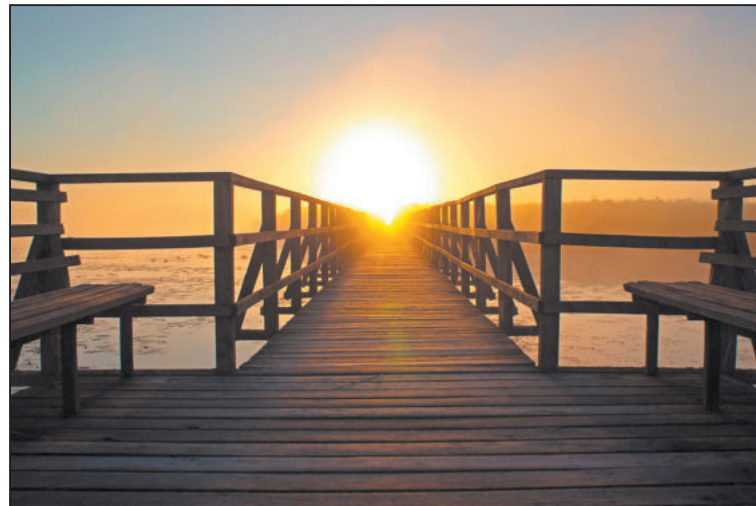
	7			9	3			4
6			1					3
								8
	2			1	4			
	3	9		2				
5		8	6			7		
							6	
		1		3	7			9

### Řešení:

6	7	8	2	5	9	1	3	4
5	9	1	6	8	2	4	7	3
8	2	4	1	9	8	6	5	7
9	1	7	5	2	3	6	8	4
8	6	5	7	1	8	9	2	3
2	3	8	9	6	5	1	7	4
1	8	2	9	4	7	5	3	6
3	5	6	2	9	4	1	7	8
7	9	3	8	6	2	4	1	5

## Psychoterapeutické okénko

### Jak se tvoří lepší svět



Ilustrační foto: pixabay.com

Možná jste si všimli, že člověk je ze své podstaty tvor pohodlný, a pokud nemá nějakou vnitřní motivaci, pak se jeho život obvykle nemění. Náš skutečný život se však odehrává především v naší hlavě, konkrétně v našem mozku, který nám předkládá určitou verzi reality, které pak věříme.

To, jak vnímáme svět kolem nás, je pak z velké míry ovlivněno našimi zkušenostmi, názory, vědomostmi a také naší vírou. Pokud např. věříme, že svět je dobrý a lidé mají dobré jádro, pak budeme spíše ochotni odpouštět a pracovat na mezilidských vztazích.

Pokud však věříme, že svět je těžké místo k životu, v němž řadí různé nemoci a živlové, pak se nám nebude žít lehce. Navíc máme sklon vidět i druhé lidi takové, jaké je vidět chceme, a ne takové, jací doopravdy jsou, nehledě k tomu, že každý se pomalíčku mění a osobnost není stále stejná. Například teď jste docela jiní, než jste byli před pěti nebo deseti lety. Nikdo nezůstává stejný a je to rozhodně dobře, pro-

tože jinak bychom mohli usnout na vavřínech, nebo se naopak utápět ve starých křivdách.

Aby se nám tedy společně dobře žilo, je zapotřebí důvěřovat našemu okolí a vidět v něm ohromný potenciál, který my můžeme svou činností neustále měnit k lepšímu. Každý má svobodnou vůli a může v podstatě cokoli, pokud však chceme žít v klidu, je zapotřebí respektovat určitá pravidla a aktivně si vytvářet pěkný a spokojený život, a to včetně vztahů, na kterých záleží i naše psychická rovnováha.

Pokud vás cokoliv trápí, zkuste se na to podívat z jiné stránky a berte to jako životní lekci, díky které se zřejmě máte stát lepším člověkem. Už jen nová zkušenost vás zaručeně změní a navíc nikdy nevíte, k čemu vám bude jednou dobrá. Pozitivní přístup k životu má ohromné výhody a vždy vede ke zklidnění mysli a k laskavému pohledu na život, díky kterému se dají lépe zvládnout všechny životní kotrmelce.

Mgr. Lucie Poláková  
Psychoterapeutka a astroložka

## smj POHŘEBNÍ SLUŽBY MĚSTA JIHLAVY

Žižkova 32

Komenského 23

Po – Pá: 6.30 – 15.00 hod.

Po – Pá: 7.00–15.00 hod.

☎ 567 302 888

☎ 567 309 672

Stálá služba pro převozy zesnulých

603 243 232-3

Zastoupení Třešť, Nádražní 851/30,

☎ 567 224 309, mobil: 775 760 334

## Jihlavské noviny

Vydává: Parola spol. s r.o., IČ 18199283, Fritzoza 1552/34, 586 01 Jihlava, www.jihlavske-listy.cz/jn – Vychází 1x měsíčně, zdarma do schránek, č. 5 vyšlo 28. 4. 2023. Vychází od roku 1994 (do roku 2019 jako Noviny jihlavské radnice). Náklad: 22.800 ks.

Redaktor: Veronika Dawidowicz, mobil 732 506 053, e-mail: dawidowicz@jihlavske-listy.cz.

Obchodní zástupce: Radka Mezerová, mobil 732 506 426, 567 578 009, e-mail: mezerova.njr@seznam.cz.

Adresa redakce: Fritzoza 1552/34, 586 01 Jihlava. Tisk: Czech Print Center a.s. Registrace: MK ČR E 11733. Distribuce: Parola spol. s r.o., Fritzoza 1552/34, 586 01 Jihlava.

©Parola, spol. s r.o. Jakékoliv užití a šíření části nebo celku obsahu Jihlavských novin bez písemného svolení vydavatele je zakázáno.