

## Pohotovostní služba zubních lékařů – červenec 2023

Datum	Den	Jméno	Místo poskytování, telefon
1. 7.	So	MUDr. Macková-Hobzová M.	Vrchlického 2497/57, 586 01 Jihlava, 567 155 020, 567 574 573
2. 7.	Ne	MDDr. Mahelová Kateřina	TOP DENTIST s.r.o., Havlíčkova 5623/34a, 586 01 Jihlava, 602 258 763
5. 7.	St	MDDr. Jurča František	Stom. centr. Artdent s.r.o., Vrchlického 50, Jihlava, 567 331 666, 603 501 650
6. 7.	Čt	MDDr. Mátlová Lenka	Stom. centr. Artdent s.r.o., Vrchlického 50, Jihlava, 567 331 666, 603 501 650
8. 7.	So	MDDr. Martinák Břetislav	Stom. centr. Artdent s.r.o., Vrchlického 50, Jihlava, 567 331 666, 603 501 650
9. 7.	Ne	MUDr. Makumbirofa Edson	Moyo Dental Care, s.r.o. Za Školou 343/1, 588 12 Dobronín, 602 602 334
15. 7.	So	MUDr. Zdenka Marková	Varhánkova 227, 588 13, Polná, 567 212 106
16. 7.	Ne	MDDr. Ondřej Makal	Stomatologie Hruškové Dvory, a.s., Hruškové Dvory 123, Jihlava, 702 125 651
22. 7.	So	MDDr. Mátlová Lenka	Stom. centr. Artdent s.r.o., Vrchlického 50, Jihlava, 567 331 666, 603 501 650
23. 7.	Ne	MUDr. Myslivcová Věra	Březinova 4420/62a, 586 01 Jihlava, 567 333 460
29. 7.	So	MUDr. Nahodil František	Staroříšská 295, 588 65 Nová Říše, 567 318 137
30. 7.	Ne	MDDr. Novák Lukáš	Znojenská 2716/78, 586 01 Jihlava, 728 896 705

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

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

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

Řešení:

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

těžší

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

Řešení:

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

## Psychoterapeutické okénko Psycholog nebo kadeřnice?



Ilustrační foto: pixabay.com

Každý z nás má občas nějaký problém, se kterým by se rád někomu svěřil. Nejčastěji se obracíme na naše přátele nebo rodinu, ale občas potřebujeme vědět, že to, co cítíme, je skutečně normální, nebo se uklidnit, že to třeba prožívají i ostatní lidé. Zkrátka že nejsme duševně nemocní nebo hysteričtí, ale že je naprosto normální, když občas selžeme nebo něco nezvládneme. Proto chodíme k psychologovi, na psychoterapii, anebo ke kadeřnici.

Ano, i kadeřnice může být skvělou „psycholožkou“, pokud se k té skutečně neodvážíme jít, třeba protože se stydíme nebo bychom se tolik neotevřeli. Z tohoto pohledu mají kadeřnice, masérky a kosmetičky to nejlepší povolání, jelikož nás dokáží nejen uvolnit fyzicky, pomohou nám cítit se lépe, ale dokonce umí i naslouchat! Tedy většina z nich. Je proto naprosto přirozené, že během stříhání vlasů svěříte své kadeřnici své problémy, postěžujete si na líného manžela, na

závistivé kolegy v práci, nebo jí sdělíte i své zdravotní potíže, o kterých byste jinak s cizími lidmi pomlčeli.

V severních zemích je přítom už běžné, že kadeřnice spolupracují s psychology, jelikož se klienti u nich přirozeně otevřou a jsou rádi za každou radu. Proč tedy nemají tyto profese automaticky psychologické minimum? Kolik klientů by nám - psychoterapeutům a psychologům - ubylo, a navíc by si klienti odnesli domů skvělý účes, čistou pleť nebo namasírovaná záda!

Pokud věříte více své kadeřnici nežli kamarádce, má to ještě další výhodu, a tou je objektivita: Kadeřnice vám totiž nebude nutit, abyste zůstala ve stávající práci nebo abyste byla hodná na svou tchyni, ale často vám poradí pravý opak. Podpoří vás, upřímně pochválí, a ještě se budete cítit krásnější. Máte už i vy svou kadeřnici – terapeutku?

Mgr. Lucie Poláková  
Psychoterapeutka a astroložka

## smj POHŘEBNÍ SLUŽBY MĚSTA JIHLAVY

Žižkova 32

Po – Pá: 6.30 – 15.00 hod.

☎ 567 302 888

Komenského 23

Po – Pá: 7.00-15.00 hod.

☎ 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, Fritzovala 1552/34, 586 01 Jihlava, www.jihlavskie-listy.cz/jn – Vychází 1x měsíčně, zdarma do schránek, č. 7 vyšlo 30. 6. 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@jihlavskie-listy.cz.

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

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