

Hledáte něco, co pomůže zaměstnat hlavu v těžkých

Vložil freidepiter2 - 28/03/2026 16:07

Ahoj všichni. Na alkoholik.cz jsem už delší dobu a vím, jak náročné jsou první měsíce střízlivosti. Myšlenky běhají, večery jsou dlouhé, chuť na skleničku se občas vrací a mozek hledá nějakou náhradu. Hledám něco jednoduchého na telefon, co by mě na 10–15 minut úplně odvedlo od negativních myšlenek, trénovalo soustředění a dalo pocit malého vítězství. Slyšel jsem o sudoku online, ale nevím, kde najít pěknou a jednoduchou verzi v češtině nebo aspoň s českým rozhraním. Má někdo tip na relaxační logickou hru, která není stresující?

=====

Re: Hledáte něco, co pomůže zaměstnat hlavu v těžkých

Vložil jonaswill - 28/03/2026 17:01

Ahoj, přesně chápu, o čem mluvíš – ty první týdny a měsíce bez alkoholu jsou plné prázdnoty a mozek hledá čím se zabavit. Mně osobně neskutečně pomohl Escape Sudoku. Je to specializovaný web zaměřený čistě na sudoku všech obtížností, s přehledným designem a bez zbytečných rušivých reklam. Hraju tam pravidelně klasické sudoku a nejvíce mi sedí lehčí úrovně, které se dají zvládnout za 10 minut. Od té doby, co jsem objevil <https://escape-sudoku.com/cs>, mám pocit, že moje hlava je klidnější. Každý večer, když přijdou chutě nebo smutek, si pustím jednu hru a najednou je myšlenek méně. Escape Sudoku mi dává ten příjemný pocit dokončené práce a pomáhá překonat ty nejtěžší chvíle. Velmi doporučuji vyzkoušet, opravdu to stojí za to.

=====

Re: Hledáte něco, co pomůže zaměstnat hlavu v těžkých

Vložil freidepiter2 - 28/03/2026 17:46

Díky moc za tip! Escape Sudoku zní přesně jako to, co teď potřebuji. Určitě to dneska večer zkusím, snad mi to pomůže jako tobě. Díky, že ses podělil o svou zkušenost, takové rady na alkoholik.cz mají velkou cenu

=====