

SPOR BAHİSLERİ HAKKINDA BİLGİLER

HER ŞEYİNİ
VERECEĞİNE BAHSE
GİRELİM Mİ?





İÇİNDEKİLER

DENEME OYUNU

Kontrol et – tehlikede olup olmadığını öğren.

4

DAHA ÇOK BİLEN Mİ KAZANIYOR?

Spor bahislerindeki risk.

5

HEPSİNİ TEK KARTA MI?

Oyundan bağımlılığa.

6

OYUNCULARA YÖNELİK TÜYOLAR

Kontrol hâlâ sende mi?

7

AİLE VE ARKADAŞ ÇEVRESİ İÇİN TÜYOLAR

Yakınlar için yardım.

8

KANUNDA BÖYLE YER ALIYOR

Kanun bunu söylüyor.

9

YAPMAN GEREKENLER

Kumar bağımlılığına yönelik adresler ve danışmanlık noktaları.

10

Künye

11

DENEME OYUNU

Sporla ilgileniyor ve bazen bahis oynamayı seviyor musun?

Keyiften mi oynuyorsun? Riskli mi oynuyorsun?

Aşağıdaki ifadelere dürüstçe cevap vermeyi rica ediyoruz.

Kontrol et!

	EVET	HAYIR
Sınırlarıma ulaştığımda ve param kalmadığımda bile bahis oynamaya devam ediyorum.	☐	☐
Sıkça daha az bahis oynamayı denedim.	☐	☐
Daha az bahis oynadığımda ya da hiç oynamadığımda kendimi huzursuz hissediyorum ve kolayca sinirleniyorum.	☐	☐
Bahis oynamaya devam etmek için bazen borç para alıyorum.	☐	☐
Kaybettiğimde zamanlarda parayı mümkün olduğunca çabuk geri kazanmak istiyorum.	☐	☐
Ailem/arkadaş çevrem spor bahislerine çok fazla zaman harcadığımı düşünüyorum.	☐	☐
Bazen bahis borcum yüzünden kendimi kötü, hatta suçlu hissediyorum.	☐	☐
Bahis borcumu ödemek için ailemden/arkadaş çevremden para istemek zorunda kaldım.	☐	☐
Başka bir yolu yoksa para kazanmak için hırsızlık veya dolandırıcılık yapıyorum.	☐	☐

Her bir Evet cevabı olası bir bağımlılık probleminin göstergesidir. Bir ya da birkaç kez Evet cevabını verdiysen oynama davranışın şüphelidir. Tehlikeyi ciddiye al ve 0800-1 37 27 00 numaralı Federal Sağlık Eğitimi Merkezi (BZgA) şans oyunları bağımlılığı danışma hattından ücretsiz tavsiye al. Daha fazla bilgiye ayrıca www.check-dein-spiel.de altından ulaşabilirsin.

DAHA ÇOK BİLEN Mİ KAZANIYOR?

Her sporda kazanmak da vardır kaybetmek de. Taraftarlar son ana kadar heyecanlı mücadelelere bayılır. Ve her zaman sahadan kazanan olarak ayrılma ümidi vardır. Tarif edilemez derecede güzel bir his.

Sonuç üzerine bahis oynamak oyunu daha da heyecanlandırıyor. Loto ya da ruletten farklı olarak burada kendi spor bilgine bile ihtiyacın olabilir. En azından birçoğu buna inanıyor. Ancak spor bahisleri aynı zamanda kumardır. Sporcular ya da takım hakkında ne kadar şey bilersen bil oyunun kaderini değiştiren golü öngöremezsin.

Spor bahisleri kumardır. Ve buna bağımlı olma riski oldukça fazladır.

- ✗ Spor hakkında çok şey biliyorsan kesin bir ipucuna sahip olduğunu kolayca düşünebilirsin. Ancak spor bahislerinde son kararı şans verir.
- ✗ Bahis oynamadan zevk almak ve spor sevdası bir arada olunca tehlike söz konusudur. Kumar bağımlısı olma riski oldukça yüksektir.
- ✗ Bahis oynamak için sınırsız spor türleri ve birçok fırsat vardır. Bu nedenle sürekli olarak bahis oynama isteği artar.
- ✗ İnternette nakit para olmadan bahis oynayabilirsin. Banknotlarla ödeme yapmak yerine tıklamak. Fark etmeden istediğinden çok daha fazla parayı bahse yatırabilirsin.
- ✗ Kombinasyon bahisleri, komple bir sonuç serisi tamamen doğru tahmin edildiğinde yüksek kazançlarla cezbeder. Canlı bahisler değişen oranlarla ve bahis imkanlarıyla oldukça heyecanlıdır. Ancak tam da bu, iki bahis türünü tehlikeli hale getiriyor.

HEHEH

HEPSİNİ TEK KARTA MI?

Özellikle canlı bahisler olmak üzere spor bahisleri, çok hızlı bir şekilde kumar bağımlılığına yol açabilir. Çoğu zaman her şey tek bir kazanmaya bakar.

Daha sonra sürekli bahis oynama cazibesi artar.

Ancak ne kadar fazla bahis oynarsan o kadar sık kaybedersin. Kendini, her şeyin aslında çok da kötü olmadığına inandırırısın. Sadece bir şanssızlık dizisi. Sonunda kazanma ümidi artar. Kumar bağımlısı olma tehlikesindeki kişi sıklıkla kaybettiği parayı daha fazla bashisle geri kazanmaya çalışır.

Bir zaman sonra oynamak artık keyif vermez. Bahis bir zorunluluk haline gelir. Kumar bağımlısı bir kişi sürekli olarak oynamak zorundadır. Kaybederse kaybını telafi etmek ister. Hatta çoğu zaman para elde etmek için dolandırıcılık ve hırsızlık bile söz konusu olabiliyor. Kazanırsa bir sonraki kayba kadar daha fazla kazanmak ister. Ancak günün sonunda kazanan her zaman ev sahibi olur.

Kontrol artık sende değil mi? Artık bahis oynayıp oynamayacağına özgür iradenle karar veremiyor musun? O zaman kumar bir bağımlılıktır. Kumar bağımlılığı bir hastalıktır. Neredeyse tek başına iyileştiremeyeceğin bir hastalık.

OYUNÇULARA YÖNELİK TUYOLAR

Hiç daha az bahis oynamayı düşündün mü?

O zaman buradan bağımlı olma riskini azaltan birkaç ipucuna ulaşabilirsin.

ŞUNLAR YARDIMCI OLUR:

- ✗ Hangi sıklıkla ve ne kadar süre bahis oynayacağını belirle.
- ✗ Ne kadar para harcayacağına dair bir sınır koy.
- ✗ Sadece fazla paranla bahis oyna.
- ✗ Bahis oynarken alkol tüketme.
- ✗ Öfkeli ve sinirli olduğunda bahis oynama.

Bahisten kurtulmak isteyenlere eğlence yardımcı olabilir. Dikkatini dağıtan ve sana keyif veren her şey iyi gelir. Örneğin arkadaşlarını ziyaret etmek, spor yapmak, film izlemek. Ayrıca bir hedef de yardımcı olur: Bahse yatırmadığın parayla kendine özel bir şeyler alabilirsin. Belki de çok uzun zamandır almak istediğin bir şey vardır.

Bahis oynamayı kontrol edemediğini fark ettiğinde yardım al!



AİLE VE ARKADAŞ ÇEVRESİ İÇİN TÜYOLAR

Bir yakının ya da bir arkadaşın kumar bağımlısı olduğundan şüpheleniyor veya hatta kumar bağımlısı olduğunu biliyor musun? İlgili kişilerin olduğu gibi ailesinin ve arkadaş çevresinin de yardıma ihtiyacı vardır.

ŞUNLAR YARDIMCI OLUR:

- ✗ Spor bahsi oynamanın ciddi bir probleme dönüşebileceğiniz bilmek.
- ✗ Başkasının bağımlılığı yüzünden kendini suçlama.
- ✗ Borç para verme.
- ✗ Ortak hesaplara erişimi engelle.
- ✗ Suçlamak yerine onu umursadığını söyle.
- ✗ Kumar bağımlısına yardım arayışında destek ol.
- ✗ Tartışma sırasında sadece gerçekten yapmaya hazır olduklarınızla tehdit edin.
- ✗ Kendi kendine iyi bakmak.
- ✗ Arkadaşlarla açıkça konuşmak.
- ✗ Tavsiye almak için bağımlılık danışma noktasındaki ya da danışma hattındaki uzmanlara danışın.

Yalan ve dolandırma kumar bağımlılığının bir parçasıdır. Yakınlar genelde durumun ne kadar ciddi olduğunu çok geç fark eder. Bazen ortada bir problemin olduğu kabul edilmek istenmez ve düşünce dikkate alınmaz. Partnerinin ya da çocuğunun kumar bağımlılığından mustarip olduğu hakkında sadece bir şüphen varsa ya da uzun zamandır biliyorsan: Bununla yalnız başına mücadele etmek her zaman zordur. Deneyimli uzmanlar kumar bağımlılığı, aile problemleri ve hatta kumar borçları hakkında bir yol bulma konusunda sana yardımcı olur.

KANUNDA BÖYLE YER ALIYOR

Henüz 18 yaşından küçük müsün? O zaman spor bahisleri sana yasak. Online ya da bahis bürosunda oynamak isteyip istememenin hiçbir önemi yok. Bir yetişkinin gözetiminde bile bahis kuponu doldurman yasak. Gençleri Koruma Kanunu'na (JuSchG) göre spor bahislerine 18 yaşından itibaren izin verilir. 18 yaşındaysan ve bazen bahis oynamayı seviyorsan bile bazı şeylere dikkat etmen gerekir: Ulusal Kumar Antlaşması'na (GlüStV 2021) göre Almanya'da Online ya da bahis bürosunda oynanan spor bahisleri, yalnızca bu teklife yönelik devletin onayı (ruhsat) olduğu takdirde yasalıdır. Spor bahisleri sunanların çoğu bu izne sahip değil. Ayrıca bir kısmının genel merkezi yurt dışında. Yani olası bir kazancın ödemesi çok karmaşık. Bu yüzden her zaman lisanslı bahis noktalarında oynamaya dikkat etmelisin. Ancak bu şekilde yasal kumar mümkün olup gençlerin yanı sıra oyuncuların korunması sağlanır.

YENİ ULUSAL KUMAR ANTLAŞMASI 2021 – NELER ÖNEMLİ?

Sıkça ve hatta çok fazla bahis oynayanlar kendilerinin "oyuncu engeli" ile kolayca engellenmesini sağlayabilir. Bundan faydalanmak istediğinde kumar hizmeti sunanların web sitesine ya da Darmstadt Bölge Konseyi'ne başvurabilirsin (<https://rp-darmstadt.hessen.de/sicherheit-und-kommunales/gluecksspiel/spielersperrsystem-oasis/spieler-faqs>). Darmstadt Bölge Konseyi "OASIS Merkezi Engel Dosyası"ndan sorumludur. Burada engellenmek istiyorsan bu kendi kendini engelleme en az üç ay olmak üzere çoğu zaman bir yıl geçerlidir.

Alternatif olarak online kumar hizmeti sunanların web sayfasındaki "Acil Durum Butonu"nu da kullanabilirsin. Bu durumda bir başvuru gerekli değildir. Bu engel 24 saat sonra otomatik olarak sona erer.

Oynayanlar artık online kumara kendi parasından ayda yalnızca 1.000 Avro'ya kadar harcayabilir. Tüm kumar hizmeti sunanlar Saksonya-Anhalt'taki merkezi kumar denetim kurumunun sorumlu olduğu bir "Limit dosyası"nı rapor etmekle yükümlüdür. Lütfen dikkat et: Ayda 1.000 Avro çok para. Yılda parandan 12.000 Avro online kumara gidebilir. Bunu istiyor musun?

Çok küçük istisnalar hariç internette kumar oyunlarını paralel olmak prensip olarak yasaktır. Online kumar hizmetini değiştirdiğinde 5 dakikalık bir oynama arası gereklidir. "Etkinlik dosyası" bu düzenlemeye bağlı kalınmasını sağlar.

Daha fazla bilgiye www.check-dein-spiel.de altından ulaşabilirsin.

YAPMAN GEREKENLER

TELEFONLA ARAMAN YETERLİ:

Kumar bağımlılığı için Federal Sağlık Eğitimi Merkezi (BZgA) danışma hattı:
0 800-1 37 27 00

Pzt-Per Saat 10–22; Cum-Paz Saat 10–18

Uzmanlar ücretsiz ve anonim şekilde kumar bağımlılığı hakkında, özellikle de spor bahisleri hakkında, danışmanlık hizmeti sunar.

Yabancı dilde kumar bağımlılığına dair danışma hattı:

www.check-dein-spiel.de/hilfe-fuer-spieler/fremdsprachige-telefon-beratung/

SADECE BİR TIK UZAĞINDA:

www.check-dein-spiel.de

Kendi kendine test, bilgi testi ve online bırakma programıyla kumar bağımlılığı hakkındaki her şey. Daha fazla bilgi materyalleri için www.bzga.de

> Infomaterialien > Suchtvorbeugung > Glücksspielsucht

ŞURAYA GİT:

Kumar bağımlılığı için bağımlılık danışma noktaları

Bağımlılık danışma noktalarını www.check-dein-spiel.de altından ya da Federal Sağlık Eğitimi Merkezi (BZgA) danışma hattından öğrenebilirsiniz.

Borçlu danışma noktası

Burada uzmanlar borcunuz konusunda yardımcı olur.

En yakın borçlu danışma noktası için:

www.schuldenhelpline.de ya da

www.meine-schulden.de/beratungsstellen_in_ihrer_naehelike

Kendi kendine yardım

Kendi kendine yardım gruplarında zarar gören kişiler ya da yakınları tecrübelerini paylaşıyor ve karşılıklı olarak birbirlerini destekliyorlar www.check-dein-spiel.de altında adresleri bulabilirsiniz.

Aile ve eğitim danışma merkezi

Burada örn. çift problemleri ya da eğitim soruları hakkında yardım alabilirsiniz.

www.dajeb.de ve www.bke.de altından sana en yakın danışma noktalarını bulabilirsiniz.

KÜNYE

Yayımcı

Federal Sağlık Bakanlığı adına
Federal Sağlık Eğitim Merkezi (BZgA).

Tüm hakları saklıdır.

Proje yöneticisi

Michaela Goecke, Federal Sağlık Eğitimi Merkezi (BZgA), Köln

Metin ve tasarım

Barbara Renz, www.b-renz.de, Köln

Baskı

Warlich Druck Meckenheim GmbH, Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim
Bu materyal çevreye duyarlı şekilde basılmıştır.

Güncelleme

Eylül 2021

Yayın

3.0.05.06.24

Bu broşür, Federal Sağlık Eğitimi Merkezi (BZgA) tarafından ücretsiz sunulur.
Alıcı veya üçüncü kişiler tarafından satılması için öngörülmemiştir.

Ürün numarası

33211560



**CHECK
DEIN
SPIEL**



BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung