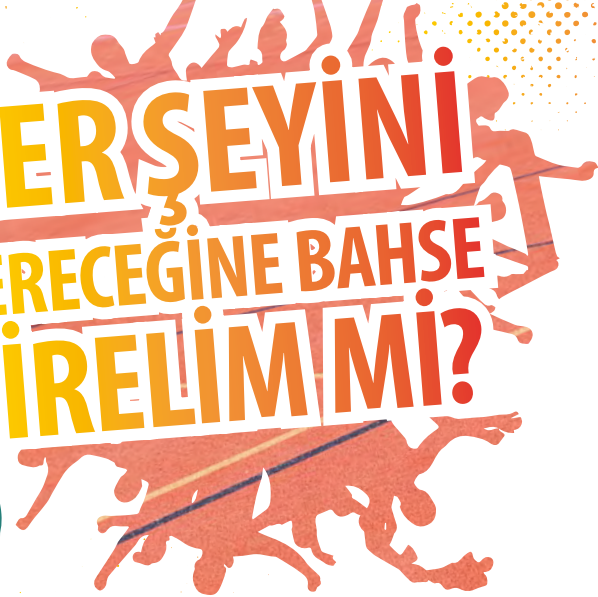


SPOR BAHİSLERİ HAKKINDA BİLGİLER

**HER ŞEYİNİ
VERECEĞİNE BAHSE
GİRELİM Mİ?**



DAHA ÇOK BİLEN Mİ KAZANIYOR?

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.
- ✗ İnternette nakit para olmadan bahis oynayabilirsin. Banknotlarla ödeme yapmak yerine tıklamak. Fark etmeden istediğinden çok daha fazla parayı bahse yatırabilirsin.
- ✗ Kombinasyon bahisleri ve canlı bahisler yüksek kazançlarla cezbeder ve oldukça heyecanlıdır. Ancak tam da bu, iki bahis türünü tehlikeli hale getiriyor.



ŞANSIN YASAL MI?

18 yaşından küçük müsün? O zaman kumar senin için yasak. Online ya da bahis bürosu fark etmiyor. Bir yetişkinin gözetiminde bile bir bahis kuponu doldurman yasak.

Diğer herkes için: Ulusal Kumar Antlaşması'na (GlüStV 2021) göre Almanya'da Online ya da bahis bürosunda oynanan spor bahisleri yalnızca devletin onayı (ruhsat) olduğu takdirde yasaldir. 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.

CHANCE

HEPSİNİ TEK KARTA MI?

Spor bahisleri hızlı bir şekilde kumar bağımlılığı yaratabilir.

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. Bir noktadan sonra bahis bir zorunluluk haline gelir.

Kaybettiğinde parayı geri kazanmak istersin. Kazandığında daha çok kazanmak istersin. Ancak günün sonunda kazanan her zaman ev sahibi olur.

Artık bahis onayı oynamayacağına özgür iradenle karar veremiyorsan kumar bağımlılığı söz konusudur. Neredeyse tek başına iyileştiremeyeceğin bir hastalık.



KONTROL ET!

Keyif için mi oynuyorsun? Riskli oyun davranışları? Nasıl oynuyorsun?

	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.	☐	☐



EVET

HAYIR

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.

☐☐

SONUÇ

Dürüst müydün? O zaman 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 Halk Sağlığı Enstitüsü (BIÖG) kumar bağımlılığı danışma hattından danışmanlık hizmeti al.

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

OYUNCULARA YÖNELİK TÜYOLAR

Hiç daha az bahis oynamayı düşündün mü? O zaman buradan bağımlı olma riskini azaltan birkaç ipucuna ulaşabilirsin.

Şunlar yardımcı olur:

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

Bahis oynamayı kontrol edemediğini fark ettiğinde yardım al!

AİLE VE ARKADAŞ ÇEVRESİ İÇİN TÜYOLAR

Söz konusu kişilerin yanı sıra bu kişilerin arkadaşlarının ve ailesinin de yardıma ihtiyacı vardır. Şunlar yardımcı olur:

- ✗ Borç para verme.
- ✗ Kumar bağımlılarına yardım arayışında destek olun.
- ✗ Kendi kendine iyi bakmak.
- ✗ Tavsiye almak için bağımlılık danışma noktasındaki ya da danışma hattındaki uzmanlara danışın.

YAPMAN GEREKENLER

Tıklayarak ulaş: www.check-dein-spiel.de

İnternette daha detaylı bilgiler, haberler, online bırakma programı, sohbet saati ve çok daha fazlasını bulabilirsin.

Şuraya git: Kumar bağımlılığı için bağımlılık danışma noktaları

Bağımlılık danışma noktalarında kişisel durumuna yönelik yardım alabilirsin. Yakınındaki danışma noktalarının adreslerini www.check-dein-spiel.de altından ya da Federal Halk Sağlığı Enstitüsü (BIÖG) danışma hattından öğrenebilirsin.

Telefonla ara: Kumar bağımlılığı için Federal Halk Sağlığı Enstitüsü (BIÖG) danışma hattı: 0800-1372700

Yabancı dilde kumar bağımlılığı telefonla danışma hizmeti:

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

ELİNDEN GELENİ YAPTIN MI?

Spor bahisleri ve diğer kumar türleri hakkında daha fazla bilgiyi www.check-dein-spiel.de altında bulabilirsin.

Künye

Federal Institute of Public Health (BIÖG)
Maarweg 149–161

50825 Köln

Ürün numarası: 33211460

Yayın: 5.0,4.11.25

Baskı: Warlich Druck Meckenheim GmbH,
Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim

Bu medya çevreye duyarlı bir şekilde üretilmiştir.

**CHECK
DEIN
SPIEL**



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit