

ASIL KAZANÇ: HAYATINIZ.

Kumar bağımlılığınızı kontrol altına almanızda size yardımcı olabiliriz.



Yeniden kumarın hayatınızın ana noktasını teşkil etmez duruma geldiği bir yaşam sürebilmenize olanak sağlayacak son derece etkili **danışma ve tedavi** imkânları bulunmaktadır.

Danışma merkezimiz, size kumar bağımlılığından kurtulmanızda destek vermekte ve eşlik etmektedir. Gerek bağımlılığa gerekse bireysel terapi imkânlarına ilişkin her türlü sorunuza memnuniyetle cevap verebiliriz. Ayrıca yardımlaşma grupları, borçlulara danışmanlık ve hukuki danışmanlık merkezleri arayışınızda da size yardım etmekteyiz.

- Sunulan tüm hizmetlerin herhangi bir bağımlılığı olmayıp, ücretsizdir.
- Danışma hizmeti tabii ki anonim olarak verilmektedir.
- Yakınlarınız ve arkadaşlarınız için de.

TÜRKÇE DANIŞMA HATLARIMIZ SİZİN İÇİN ANONİM VE ÜCRETSİZDİR*:

Telefonunuzda
0800-danisma yi tuslayiniz

veya 0800-3264762 yi arayiniz.

* (Haftalık görüşme saatleri)

Biz gizlilik sırlarını korumak
mecburiyetindeyiz.

www.verspiel-nicht-dein-leben.de

Kumar Bağımlılığına Karşı Bavyera Girişimi

Landesstelle
Glücksspielsucht
in Bayern



Diakonie
Bayern



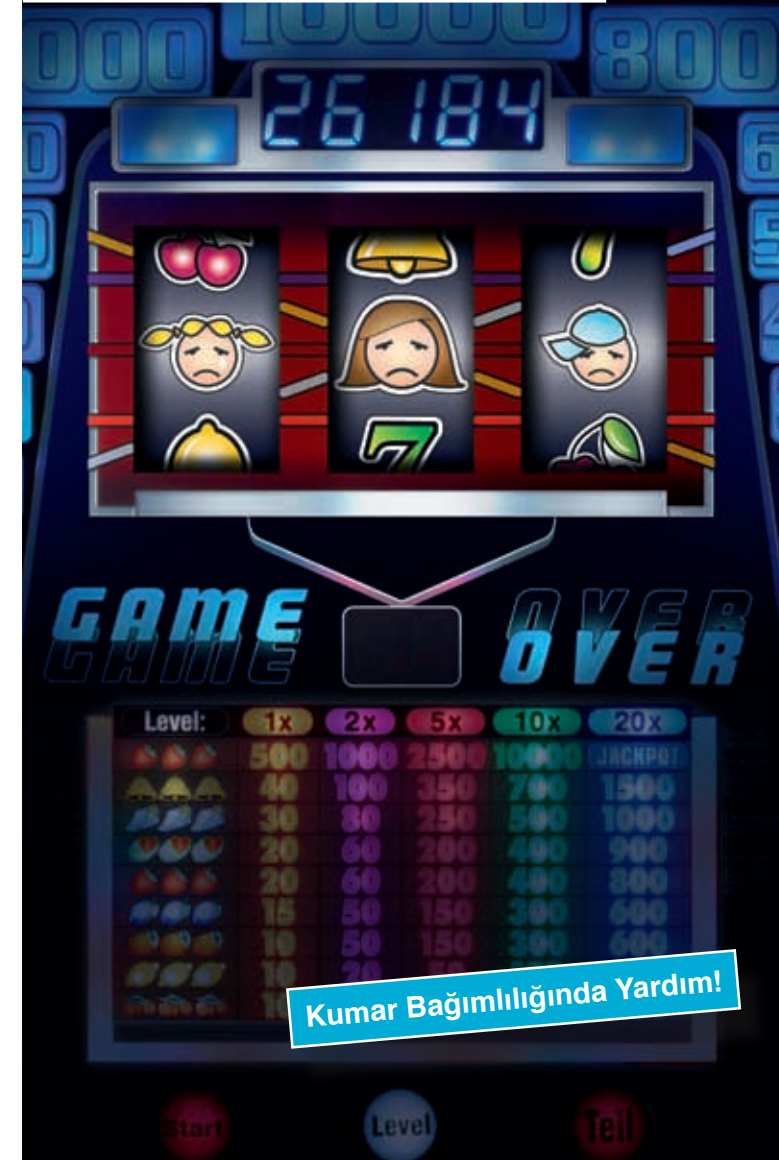
Arbeiterwohlfahrt
Landesverband
Bayern e.V.

Bayerisches
Rotes
Kreuz

DER PARITÄTISCHE
BAYERN



HAYATINI KUMARDA KAYBETME



Kumar Bağımlılığında Yardım!

EĞLENCE BAĞIMLILIĞA DÖNÜŞÜR.

Sıkça kumar tavrınız üzerindeki kontrolünüzü kaybettiğiniz hissine kapıldığınız oluyor mu?



Almanya'da yaklaşık 300.000 kişi kendi üzerindeki kontrolünü kaybetmiş durumda. Bu türden kimseler için **kumar makineleri veya casino oyunları, spor bahisleri, poker veya piyangolar**, insanların pek çoğu için olduğundan farklı olarak bir hobi olmaktan çıkmış durumdadır. Onlar artık bağımlılığın pençesine düşmüştür.



Ancak artık paraları kalmadığında kumar oynamayı bırakır hâle gelmiş olan 300.000 kişi. Kaybetseler bile oynamaya devam eden. Kaybettikleri parayı çıkarmak için.

Bu sorunlu ve olumsuz döngünün içine bir kez giren birisi, artık bundan başka bir şey düşünemez duruma gelir. **Parasal sorunlar** ise kaçınılmazdır. Kumarda konulan para miktarı gittikçe artar ve kumar gittikçe daha riskli bir hâl alır. Bunun neticesinde **çaresizlik ve suçluluk** duygusu belirir.



İşi, arkadaşları ve aileyi gözleri görmez olur ve kumarbaz böylece gittikçe yalnızlaşır.

KUMAR TAVRINIZ NE DERECE KRİTİK DURUMDA?

Aşağıdaki sorular yardımıyla bireysel riskinizi daha iyi değerlendirebilirsiniz.

- Kumar oynayacağınız parayı tedarik imkânları hususunda sıkça kafa yorduğunuz oldu mu?
- Aynı kumar cazibesini yaşamak için eskisinden sıkça ve/veya daha uzun süreli kumar oynadığınız zamanlar oldu mu?
- Daha az kumar oynamayı veya kontrol altına almayı pek çok kez deneyip, zorlandığınız oldu mu?
- Daha az kumar oynamayı veya tamamen bırakmayı denedikten sonra kendinizi huzursuz veya sinirli hissettiğiniz oldu mu?
- Kişisel sorunlarınızdan kaçmak için kumar oynadığınızı hissettiğiniz oldu mu?
- Kumarda para kaybedip ardından bir kaç gün sonra kaybettiğiniz bu parayı çıkarmak için sıkça yeniden kumar oynadığınız oldu mu?
- Kumar oynadığınızı başkalarından (örn. aile efradından) sıkça gizlediğiniz veya gizlemeye çalıştığınız oldu mu?
- Kumar oynayabilmek için zimmetine para geçirme veya dolandırıcılık türünden yasadışı eylemlere girişenler olmaktadır. Son 12 ay içinde sizde böyle bir durum söz konusu oldu mu?
- Kumar oynamanızın ailenizle, arkadaşlarınızla, elemanlarınızla veya öğretmenlerinizle olan ilişkinizde sorunlar yarattığı dönemler oldu mu?
- Maddi durumunuz yüzünden çaresiz kaldığınızda kumar borcunuzu başkalarına ödediğiniz (yani zor durumdan kurtarılmanızı sağladığınız) oldu mu?

Bu sorulardan ço una evet cevabı verdiyseniz, bu durum, kumar tavrınızın sorunlu olduğunu bir göstergesi olabilir.

Ayrıntılı bilgi için bizi arayın!