

معلومات عن المراهنات الرياضية

هل تراهن  
وتسلم كل شيء؟



# من يعرف أكثر يربح؟

المراهنات الرياضية هي لعبة حظ أو مقامرة. وخطر إدمانها بعد ذلك هو خطر كبير جدًا:

❌ إذا كنت تعرف الكثير عن الرياضة، فإنك تعتقد بسهولة أن توقعاتك أكيدة. ولكن الحاسم في المراهنات الرياضية هي الصدفة بالأساس.

❌ يمكنك المراهنة بدون نقود على الإنترنت. انقر بالماوس بدلاً من السداد بالأوراق النقدية. وسرعان ما تضخ المزيد من المال، أكثر مما أردت.

❌ الرهانات المُركَّبة والرهانات المباشرة تجذب أرباحًا عالية وهي مثيرة بشكل خاص. ولكن هذا تحديدًا هو ما يُضاعف مخاطر شكليّ الرهان للغاية.



# خيارات مشروعة؟

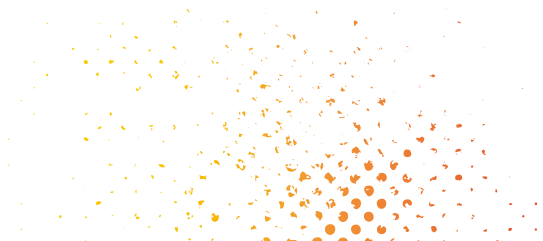
هل عمرك أقل من ١٨ عامًا؟ إذاً فالقانون لا يسمح لك بلعب القمار. ولا فرق في ذلك بين القمار عبر الإنترنت أو في مكاتب المراهنات، كلاهما محظور بالنسبة لك. ويحظر عليك ملء قسيمة المراهنة بنفسك حتى ولو كنت برفقة أحد البالغين.

بالنسبة للآخرين فوق ١٨ عامًا: يُنص في معاهدة الدولة بشأن المقامرة (GLÜSTV ٢٠٢١) على أن المراهنات الرياضية في ألمانيا - سواء أكانت عبر الإنترنت أو في مكاتب المراهنات - قانونية بشرط توفر ترخيص رسمي (امتياز). الكثير من شركات المراهنات الرياضية ليس لديهم مثل هذا الترخيص. ناهيك عن أن البعض منهم يقع مقر مؤسسته خارج ألمانيا. مما يجعل من الصعب جدًا سداد الأرباح المحققة. لذا ننصح دائمًا باللعب لدى شركة مراهنات ذات ترخيص. هكذا يكون اللعب قانونيًا مع الالتزام بحماية الشباب واللاعبين.



# المخاطرة بكل شيء؟

قد تتحول المراهنات الرياضية بسرعة شديدة جدًا إلى إدمان المقامرة. وغالبًا ما يبدأ كل شيء بربح مرة واحدة. فيزداد من ثم الإغراء بالاستمرار في الرهان. ولكن كلما راهنت أكثر، ازدادت خسارتك. ويتحول الرهان في مرحلة ما إلى رهان قسري. فإذا كنت تخسر، فإنك تريد الربح بسرعة لاسترداد المال. وإذا كنت تربح، فإنك تريد المزيد من الربح. ولكن الربح دائمًا هي شركة المراهنات. وإذا وصل بك الأمر لعدم الحرية في اتخاذ القرار بالمراهنة أم لا، صار القمار وقتها إدمانًا. وهو مرض قلما تستطيع الشفاء منه من تلقاء نفسك.



# تحقق!

## اللعب بدافع المتعة؟ سلوكيات لعب خطيرة؟ كيف تلعب؟

لا

نعم



حتى ولو بلغت الحد الأقصى ونفذ مَنّي المال، فسوف أستمر في المراهنات.



حاولت مرارًا وتكرارًا تقليل المراهنات.



فإذا راهنت بشكل أقل أو لم أراهن مطلقًا، فلا أشعر بالراحة ويتملّكني الغضب بسهولة.



ولكي أواصل الرهان، فإنني أقترض نقودًا في بعض الأحيان.



وعندما أخسر المال، فإنني أريد الربح بسرعة قدر الإمكان لاسترداده.



تري أسرتي/يري أصدقائي أنني أقضي الكثير جدًا من الوقت في المراهنات الرياضية.

لا

نعم



أشعر بالاستياء أحياناً، فأنا مدين في المراهنات بشكل أو بآخر.

اضطرت إلى طلب مال من الأسرة/الأصدقاء لسداد ديوني من الرهانات.

إذا لم تكن هناك طريقة أخرى، فأنا أسرق أو أغش للحصول على المال.

## نتيجتك

هل كنت صادقاً؟ إذاً كل إجابة بنعم هي علامة على مشكلة إدمان محتملة. إذا أجبت بنعم مرة أو عدة مرات، فإن سلوكك في اللعب موضع شك.

تعامل مع الخطر بجدية واستشير - الاستشارة مجانية، فقط اتصل برقم الهاتف ٠٨٠٠١٣٧٢٧٠ التابع للمركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZGA) الخاص باستشارات إدمان القمار.

المزيد من المعلومات على الموقع التالي [WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE](http://WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE).

# نصائح من الداخل للاعبات واللاعبين

هل فكرت يومًا ما مليًا في الإقلاع عن المراهنات؟ إذا إليك بعض النصائح لتقليل خطر الإدمان.

النصائح التالية فعالة:

✗ حدّد أوقات الرهان وكم مرة تراهن.

✗ ضع لنفسك حدًا أقصى من المال للمراهنة.

✗ لا تضع إلا المال الزائد عن حاجتك.

✗ لا تشرب الكحول أثناء الرهان.

✗ لا تراهن وقت الغضب أو الاحباط.

إذا لاحظت أنك لم تعد قادرًا على التّحكّم في اللعب، فاطلب المساعدة!

# نصائح من الداخل للأسرة والأصدقاء

يحتاج المتضررون إلى المساعدة، وكذلك المساعدة من أصدقائهم وعائلاتهم. النصائح التالية فعالة:

لا تُقرض المال. ❌

عليك دعم مُدمني القمار في البحث عن علاج. ❌

اهتم بنفسك جيدًا. ❌

اطلب النصيحة والاستشارة من المحترفين في مراكز استشارات الإدمان أو عبر الاتصال بهاتف الاستشارات. ❌





# التزاماتك

**اقرأ على: [WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE](http://WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE)**

تتوفر على الإنترنت معلومات مفصلة وأخبار وبرنامج أونلاين للإقلاع (عن الإدمان) واستشارات عبر الدردشة وغير ذلك الكثير.

**توجه إلى: مراكز متخصصة في استشارات إدمان القمار**

يمكنك طلب المساعدة المناسبة لوضعك الشخصي من المراكز الاستشارية. يمكنك العثور على عناوين مراكز الاستشارات القريبة منك على الموقع التالي [WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE](http://WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE) أو عبر هاتف الاستشارات التابع للمركز الاتحادي للتوعية الصحية.

**اتصل: هاتف استشارات إدمان القمار التابع للمركز الاتحادي للتوعية الصحية: 0800 1372700**

استشارات هاتفية بلغات أجنبية لعلاج إدمان القمار:

**[WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE/HILFE-FUER-SPIELER/FREMDSPRACHIGE-TELEFON-BERATUNG](http://WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE/HILFE-FUER-SPIELER/FREMDSPRACHIGE-TELEFON-BERATUNG)**

# هل أنفقت كل شيء؟

المزيد من المعلومات عن المراهنات الرياضية وغيرها من ألعاب  
القمار على الموقع التالي **WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE**

هيئة التحرير

المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA)

171-149 MAARWEG

KÖLN 50820

رقم الشيء: 33211450

الطبعة: 3,0,1,0,7,24

الطبعة: Warlich Druck Meckenheim GmbH

Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim

طُبعت هذه الوسيلة الإعلامية طباعة غير مؤثرة على المناخ.

CHECK  
DEIN  
SPIEL



BZgA

Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung