

معلومات عن المراهنات الرياضية

# هل تراهن وتسلم كل شيء؟





# المحتوى

## تجربة اللعب

تحقق - اكتشف هل أنت مُهدّد أم لا.

٤

## من يعرف أكثر يربح؟

المخاطرة في المراهنات الرياضية.

٥

## المخاطرة بكل شيء؟

بدءاً من اللعب ووصولاً إلى الإدمان.

٦

## نصائح من الداخل للعبات واللاعبين

هل ما زلت مُسيطرًا؟

٧

## نصائح من الداخل للأسرة والأصدقاء

مساعدة الأقارب.

٨

## هكذا يرد في القانون

هذا ما يُنص عليه في القانون.

٩

## التزاماتك

عناوين وبيانات اتصال خاصة بموضوع إدمان القمار.

١٠

## هيئة التحرير

١١

# تجربة اللعبة

هل تهتم بالرياضة وتحب المراهنات أيضًا؟  
هل تلعب بدافع المتعة؟ هل سلوكياتك في اللعب خطيرة؟ أجب بصدق عن الأسئلة التالية.  
تحقق!

لا	نعم
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

حتى ولو بلغت الحد الأقصى ونفذ مبي المال، فسوف أستمّر في المراهنات.

حاولت مرارًا وتكرارًا تقليل المراهنات.

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

ولكي أواصل الرهان، فإنني أقترض نقودًا في بعض الأحيان.

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

ترى أسرتي/يري أصدقاؤني أنني أفصي الكثير جدًا من الوقت في المراهنات الرياضية.

أشعر بالاستياء أحيانًا، 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.

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 بجديّة واستشير - الاستشارة مجانية، فقط اتصل برقم هاتف ٠٨٠١٣٧٢٧٠ استشارات إدمان القمار التابع للمركز الاتحادي للتوعية الصحية.

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

# من يعرف أكثر يربح؟

مع كل أنواع الرياضة، المسألة هي مسألة ربح أو خسارة. الجمهور يعشق الرهان المثير حتى آخر دقيقة. ويأمل دائماً أن يغادر الملعب وهو فائز. شعور جميل يفوق الوصف.

فالمراهنة على النتيجة تجعل المباراة أكثر إثارة. بخلاف اليانصيب أو الروليت، يمكنك هنا الاستفادة من معلوماتك الرياضية الشخصية. هذا على الأقل ما يعتقدّه الكثيرون. ولكن المراهنات الرياضية هي ألعاب قمار أيضاً. مهما بلغ مقدار ما تعرفه عن اللاعبين أو الفريق، لن تستطيع التنبؤ بالهدف الحاسم في المباراة.

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

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

✗ متعة المراهنات ومتعة الحماس الرياضي - كلاهما معاً خطير. ثمة خطورة شديدة في أن يتحوّل المو إلى مُدمن على المقامرة.

✗ وهناك عدد لا حصر له من أنواع الرياضة وكم هائل من الفص التي يمكن المراهنة عليها. وهنا يستعر إغراء الاستمرار في المراهنة.

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

✗ تكمن جاذبية المراهنات المركبة في الأرباح العالية، عندما تُكتب سلسلة كاملة من النتائج بشكل صحيح تماماً. الرهانات المباشرة مثيرة جداً بسبب التَّسبب المتغيرة وخيارات الرهان. ولكن هذا تحديداً هو ما يُضاعف مخاطر شكل الرهان للغاية.

# BEHOLD

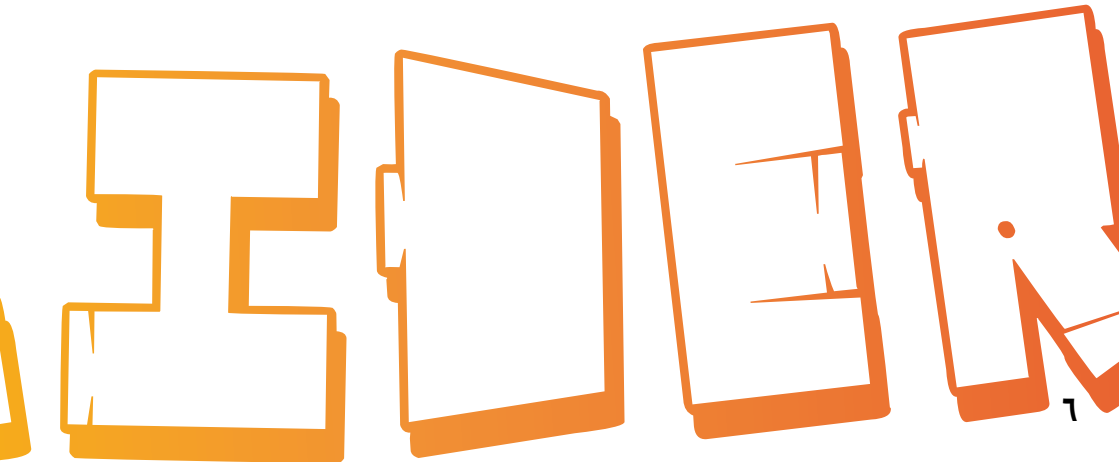
# المخاطرة بكل شيء؟

يمكن أن تتحوّل المراهنات الرياضية، وخاصة المراهنات المباشرة، إلى إدمان المقامرة بسرعة كبيرة. وغالبًا ما يبدأ كل شيء بربح مرة واحدة. فيزداد من ثم الإغراء بالاستمرار في الرهان.

ولكن كلما راهنت أكثر، ازدادت خسارتك. أنت تُخبر نفسك بأن كل شيء ليس يمثل هذه الدرجة من السوء. مجرد مصادفات من الحظ العاثر. ويكبر الأمل بأنك ستربح في النهاية. غالبًا ما يحاول أولئك المعرّضون لخطر إدمان المقامرة استرداد الأموال التي خسروها من خلال المزيد من الرهانات.

ثم في وقت ما يصبح اللعب بلا متعة. ويصبح الرهان قسريًا. ويتحمّس على مُدمن المقامرة الاستمرار في اللعب. فإذا خسر، فإنه يريد تعويض خسارته. وغالبًا ما يصل به الأمر للغش والسرقة للوصول إلى المال. فإذا ربح، فإنه يريد الاستمرار في اللعب - حتى يصل إلى الخسارة التالية. ولكن الراح دائمًا هي شركة المراهنات.

هل فقدت السيطرة؟ هل وصل بك الأمر لعدم الحرية في اتخاذ القرار بالمراهنة أم لا؟ إذا فإن المقامرة أصبحت إدمانًا. إدمان القمار مرض. وهو مرض قلما تستطيع الشفاء منه من تلقاء نفسك.



# نصائح من الداخل للاعبات واللاعبين

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

## النصائح التالية فعالة:

✗ حدّد أوقات الرهان وكم مرّة تراهن.

✗ ضع لنفسك حدًا أقصى من المال للمراهنة.

✗ لا تضع إلا المال الرائد عن حاجتك.

✗ لا شرب الكحول أثناء الرهان.

✗ لا تراهن وقت الغضب أو الاحباط.

إذا كنت تريد الفكاك من الرهان، فمن الأسهل تشتيت الانتباه. كل ما يلهيك ولا يخلو من المتعة فهو جيد. على سبيل المثال زيارة الأصدقاء وممارسة الرياضة ومشاهدة الأفلام. كما أن تحديد هدف معين يعود عليك بالنفع؛ ويمكنك شراء شيء مميز بالنقود التي لا تراهن بها. ربما يوجد شيء ما تتمنى شراؤه من زمن بعيد.

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

# نصائح من الداخل للأسرة والأصدقاء

هل يساورك الشك أو تعلم فعلاً أن بعض الأقارب أو صديقة أو صديق يُدمن المقامرة؟  
يحتاج المُصابون المساعدة - وأسرهم ودائرة أصدقائهم أيضاً.

## النصائح التالية فعالة:

✗ اعلم أن المراهنات الرياضية يمكن أن تتحول إلى مشكلة خطيرة.

✗ لا تُحمّل نفسك ذنب وقوع آخرين في الإدمان.

✗ لا تُقرض المال.

✗ امنع الوصول إلى الحساب المشترك.

✗ قل أن الموه عليه الاهتمام بالآخرين، عوضاً عن إلقاء اللوم عليهم.

✗ عليك دعم مُدمني القمار في البحث عن علاج.

✗ لا تُهدّد في النزاع إلا بما يمكن تحقيقه أيضاً في الواقع.

✗ اهتم بنفسك جيداً.

✗ تحدّث مع الصديقات والأصدقاء بصراحة.

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

الكذب والغش جزء من إدمان القمار. غالباً ما يعرف الأهل في وقت متأخر جداً، خطورة الأمر. وأحياناً لا يريد البعض الاعتراف بأن هناك مشكلة ويلقي بالمسألة خلف ظهره. إذا ساورك شيء من الشك فحسب أو كنت تعاني منذ فترة طويلة بسبب إدمان شريك حياتك أو شريك حياتك أو طفلك على القمار: عادة ما يكون تدبر أمرك وحدك أمراً غاية في الصعوبة. سيقوم متخصصات ومتخصصون من ذوي الخبرة بمساعدتك على إيجاد حل - عند التعامل مع إدمان القمار، والمشاكل الأسرية، وحتى مع التساؤلات حول ديون القمار.



# هكذا يرد في القانون

هل عمرك أقل من ١٨ عامًا؟ إذا فالمراهنات الرياضية ممنوعة بالنسبة لك. ويسري هذا الحظر مطلقًا، سواء أكان اللعب عبر الإنترنت أم في مكاتب المراهنات. ويحظر عليك ملء قسيمة المراهنة بنفسك حتى ولو كنت برفقة أحد البالغين. يُسمح بالمراهنات الرياضية بدءًا من سن ١٨ عامًا - وهذا تحديدًا هو ما يُنص عليه في قانون حماية الشباب. ليس هذا فحسب، فإذا بلغت سن ١٨ عامًا وأردت المراهنة، فعليك أيضًا مراعاة بعض الأمور: 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) لهذا العرض. 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.

## معاهدة الدولة الجديدة بشأن المقامرة لعام ٢٠٢١ - ما هي الأمور المهمة؟

يمكن بسهولة حظر اللاعبين الذين يلعبون كثيرًا وربما كثيرًا جدًا عبر نظام "قفل اللاعب". فإذا كنت تودّ استخدام ذلك، يمكنك تقديم طلب على الموقع الإلكتروني الخاص بمقدم خدمات المقامرة أو في منطقة دارمشتات الإدارية ([HTTPS://RP-DARMSTADT.HESSEN.DE/SICHERHEIT/GLÜCKSSPIEL/SPIELSUCHTPRÄVENTION](https://RP-DARMSTADT.HESSEN.DE/SICHERHEIT/GLÜCKSSPIEL/SPIELSUCHTPRÄVENTION)). منطقة دارمشتات الإدارية هي الجهة المسؤولة عن "ملف القفل المركزي OASIS". إذا كنت ترغب في حظر نفسك هنا، فسوف يُطبّق هذا الحظر الذاتي لمدة ثلاثة أشهر على الأقل، ولمدة عام في أغلب الأحوال.

يمكنك عوضًا عن ذلك استخدام "زر الطوارئ" على الموقع الإلكتروني الخاص بمقدم خدمة المقامرة عبر الإنترنت. لن تحتاج في هذه الحالة إلى تقديم طلب؛ إذ ينتهي هذا الحظر من تلقاء ذاته بعد مرور ٢٤ ساعة.

يُسمح للاعبين بإفناق ما لا يزيد عن ١٠٠٠ يورو فقط من أموالهم الخاصة شهريًا على ألعاب القمار عبر الإنترنت. ويلتزم جميع مقدمي خدمة القمار بتقديم تقرير إلى ما يسمى "ملف الحد الأقصى"، والذي تتولّى مسؤوليته هيئة الإشراف المركزية على القمار في ولاية سكسونيا أنهالت. يرجى مراعاة ما يلي: ١٠٠٠ يورو شهريًا مبلغ كبير من المال. قد تخسر ما يصل إلى ١٢٠٠٠ يورو من أموالك في المقامرة عبر الإنترنت سنويًا. هل تريد ذلك؟

لا يُسمح في الإنترنت بأكثر من مقامرة بشكل متوازٍ للشخص نفسه - مع استثناءات بسيطة جدًا. يجب أخذ استراحة ٥ دقائق من المقامرة، في حال تغيير مقدم خدمة المقامرة عبر الإنترنت. ويضمن "ملف النشاط" الالتزام بتنفيذ هذه الضوابط.

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

# التزاماتك

اتصل ولا تتردد:

هاتف استشارات إدمان القمار التابع للمركز الاتحادي للتوعية الصحية: ٠٠٧٢٧٣١-٨٠٠٠

الاثنين إلى الخميس من الساعة ١٠:٠٠ ص إلى الساعة ١٠:٠٠ م، الجمعة إلى الأحد من الساعة ١٠:٠٠ ص إلى الساعة ٦:٠٠ م.  
استشارات مجانية عن إدمان القمار دون الإفصاح عن الهوية على أيدي مختبرين - وخاصةً فيما يتعلق بالمراهنات الرياضية.

استشارات هاتفية بلغات أجنبية لعلاج إدمان القمار:

[HTTPS://WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE/HILFE/FREMSPRACHIGE-TELEFON-BERATUNG](https://www.check-dein-spiel.de/hilfe/fremdsprachige-telefon-beratung)

على بُعد نقرة واحدة فقط:

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

كل ما يتعلق بموضوع إدمان القمار عبر اختبار ذاتي واختبار معرّي وبرنامج عبر الإنترنت للإقلاع عن الإدمان. المزيد من المواد الإعلامية على الموقع التالي [WWW.BZGA.DE](http://WWW.BZGA.DE)  
< مواد إعلامية > الوقاية من الإدمان < إدمان القمار

توجّه إلى:

مراكز استشارات الإدمان الخاصة بإدمان القمار

مراكز استشارات الإدمان 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.

مركز استشارات الديون

هنا تجد مختبرين يساعدونك على تقليص الديون.

مراكز استشارات الديون الأقرب إليك تجدها هنا:

[WWW.SCHULDENHELPLINE.DE](http://WWW.SCHULDENHELPLINE.DE) أو

[WWW.MEINE-SCHULDEN.DE/BERATUNGSSTELLEN\\_IN\\_IHRER\\_NAEHE](http://WWW.MEINE-SCHULDEN.DE/BERATUNGSSTELLEN_IN_IHRER_NAEHE)

المساعدة الذاتية

في مجموعات المساعدة الذاتية يتبادل المعنيون وذووهم خبراتهم ويدعم بعضهم البعض الآخر.

تتوفر العناوين على الموقع [WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE](http://WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE)

مراكز الاستشارات الأسرية والتربوية

هي مراكز تقدّم العون والمساعدة على سبيل المثال في حال المشاكل بين الزوجين أو أمور التربية.

على الموقع [WWW.DAJEB.DE](http://WWW.DAJEB.DE) وأيضًا على الموقع [WWW.BKE.DE](http://WWW.BKE.DE)

تجد أقرب المراكز الاستشارية إليك.

## هيئة التحرير

المحرر

المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA)

بتكليف من وزارة الصحة الاتحادية.

جميع الحقوق محفوظة.

ميشائلا غوكه، المركز الاتحادي للتوعية الصحية بمدينة كولونيا

باربارا رينتس، [WWW.B-RENNZ.DE](http://WWW.B-RENNZ.DE)، كولونيا

Warlich Druck Meckenheim GmbH, Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim

طبعت هذه الوسيلة الإعلامية طباعة غير مؤثرة على المناخ.

سبتمبر/أيلول ٢٠٢١

٢٠.٢.٢٠٢١/سبتمبر/أيلول

يُقدّم المركز الاتحادي للتوعية الصحية هذا الكُتيب مجانًا.

هذا الكتيب غير مخصص للبيع من قبل المستلمين أو أي شخص آخر.

٣٣٢١١٥٥٠ (33211550)

رقم طلب الشراء



**BZgA**

**Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung**