



Kantonlardaki uzman büroların adreslerini her kanton için aşağıdaki internet sitesinden bulabilirsiniz:
www.sos-spielsucht.ch/tr/help/

SOS-Spielsucht (kumar bağımlılığı), 16 Kantonun kumar oyunu ile bağlantılı sorunları azaltmak ya da engellemek için ortak hizmetidir.

Kumar konusuna ilişkin sorularınız var mı?
Sizin ya da çevrenizden birisinin kumarla ilgili sorunu var mı?

- 24 saat yardım hattı: 0800 040 080 ücretsiz ve anonimdir (Almanca),
- İnternet üzerinden yazılı danışmanlık hizmeti (Almanca): www.sos-spielsucht.ch/tr/help/
- Kumar oynayanlar ve yakınları için bir çok bilgiyi Türkçe olarak aşağıdaki internet sitesinde bulabilirsiniz: www.sos-spielsucht.ch/tr/

Uzman büro desteği:

- Kumar konusunda her kantonda danışmanlık hizmeti vardır,
- Kişisel konuşma yapılır ve sır saklama yükümlülüğü vardır,
- Kumar oynayanlar ve yakınları için:
- Kendi dilinizde danışmanlık hizmetine ve çevirmenlik hizmetleri imkanına ilişkin bilgi edininiz.



Edition 2017 20.0452

Kumarla sorununuz var mı? Ne yapabilirim?

www.imdat-kumar.ch



kumar oynayanlar için | yakınları için | ilgilenenler için

Kumar nedir?

- Kumarda elde edilen sonuç aslında tesadüfe bağlıdır,
- Para ile ya da başka bir mal varlığı ile oynanır.

Hangi kumar oyunları vardır?

Rulet | poker | oyun otomatları | loto | spor ve at bahisleri | kazı kazan | kağıt ve zar oyunları | tombala ve diğerleri.

Bu oyunlar sıklıkla internet üzerinden de sunulur.

Yasadışı kumar oyunları

İlk bakışta bir kumar oyununun yasal olup olmadığı genellikle anlaşılmaz. İsviçre'de yalnızca İsviçre Gazinoları ve Piyango Birlikleri tarafından yasal kumar oyunları sunulur. Bölgesel tombalalar vs. için yetkili makamlardan izin almak gerekir. İnternet üzerinden kumar oyunlarını yalnızca İsviçre Piyango Birlikleri sunabilirler, diğer internet üzerinden sunulan kumar oyunları İsviçre'de yasal değildir.

Yasal olmayan oyunları sunanlar suç işlemiş olurlar. Yasal olmayan kumar oyunlarına katılmak tek tek kişiler için suç teşkil etmez ama: Kazanma durumunda sunan ödemeyi reddederse, kazanç üzerinde herhangi hukuki bir talep hakkı yoktur. Ayrıca bir ceza soruşturmasının açılması durumunda oyunda kazanılan ve konulan paraya el konma tehlikesi vardır.

Kumarda çok tehlikeli olan nedir?

- Kazanma şansı oldukça küçük olmasına karşın, insan hep büyük kazançlar elde etmeyi umut eder,
- Oyun gidişatının kontrol altına alınabileceği duygusu vardır,
- Oyunu devam ettirme isteğini artıran neredeyse kazanacaktım durumu, kazanca yaklaştığınız duygusu verir,
- İnsan oyunda kaybettiklerini, oyuna devam ederek telafi etmeye çalışır,
- Gerilim ve mutluluk duygusu sorunlardan uzaklaşmayı getirir,
- Kumar oyunları ile geçimimi sağlayabilirim inancı gelişir.

Kumar oynamanın sorunlu bir halde olduğunun göstergeleri nelerdir?

- Sıkça ve sürekli uzun sürelerle oynamak,
- Konulan miktarı yükseltmek,
- Düşüncelerin sıkça kumar etrafında dönüp dolaşması,
- Kaybedildiğinde yalan söylemek ve kumar oynadığını saklamak,
- Faturaların ödenmemesi, borç ve kredilerin alınması,
- Boş zaman aktivitelerinin ihmal edilmesi,
- Arkadaşlarını, ailesini ve yükümlülüklerini ihmal etmek (örneğin işyerinde),
- Stres: Fiziksel ve psikolojik şikayetler,
- Kumar oynamayı kontrol altına alma, sınırlama ya da bırakmak için başarısızlıkla sonuçlanan denemeler.

Kumar oyunu, sigara ve alkol kullanımında olduğu gibi bağımlılığa dönüşebilir. Kumar bağımlılığındaki gelişme oynayanlarca geç farkedilir. Bu nedenle bu kısır döngüden mümkün olduğu kadar çabuk çıkmak ve bir şeyleri değiştirmek önemlidir. Birisiyle bunun üzerine konuşmak en sık atılan adımlardan biridir.

Yakınları bundan etkilenir

Kumar oyunu ile bağlantılı bir sorundan genellikle bütün ailesi etkilenir. Mali zorluklar, yalanlar ve güvenin sarsılması çaresizliğe ve çıkışsızlığa sürükler. Önemli olan bu sorunlarla yalnız başına kalmamak, güvenilen bir kişi ile bunu konuşmaktır. Uzman bürolar aile yakınları için de destek hizmeti sunarlar.

Kumar oynayan kişiler için kendi kendini test

1. Oynarken, sürekli daha fazla para koymak ihtiyacını hissediyor musunuz?
2. Sizin için önemli olan ya da olmuş insanlara karşı ne kadar oynadığınız konusunda yalan söylediğiniz oldu mu?

Eğer sorulardan bir tanesine ya da her iki soruya da evet diye cevap verdiyseniz, kumarla sorunuz olabilir. Size bir destek aramanızı öneririz.