સટ્ટાબાજી અને ઓનલાઈન જુગાર

આમાં શું જોખમો છે?

જુગારથી થતું નુકસાન

- **નાણાકીય ભીંસ, ભાવનાત્મક તણાવ, સામાજિક અલગતા અને પારિવારિક કષ્ટ**
- **છેતરપિંડી:** અનિયંત્રિત પ્લેટફોર્મ અથવા કૌભાંડોનું જોખમ
- **હારેલા પૈસા પાછા મેળવવાની લાલસા**

TIPS

સુરક્ષિત રીતે જુગાર માટે

- **મર્યાદા બાંધો:** સમય અને પૈસા પર કાપ મૂકવાથી જુગારની આદતોને કાબૂમાં રાખવામાં મદદ મળી શકે છે.
- **જીતવાની શક્યતાઓ જાણો:** શરત લગાવતા પહેલા કેટલી શક્યતા છે તે સમજી લો.
- **નિયમન કરાયેલ પ્લેટફોર્મ પસંદ કરો:** લાઇસન્સવાળી વેબસાઇટ્સ અને એપ્લિકેશન્સનો ઉપયોગ કરો.
- **વિરામ લો:** નિયંત્રણ જાળવી રાખવા માટે લાંબા સમય સુધી સટ્ટાબાજીના સત્રો મર્યાદિત કરો.
- **જુગારની લત ઓળખો:** જરૂર કરતાં વધારે ખર્ચ કરવો અથવા જવાબદારીઓ ભૂલી જવી.

માહિતી સ્ત્રોત

- https://www.responsiblegambling.org/
- www.pchs4u.com | (905) 677-0889
- www.paarc.com | (905) 629-1007
- www.connexontario.ca| 1-866-531-260
- www.camh.ca
- www.cmha.ca

જાણવા જેવી મહત્વપૂર્ણ બાબતો

info@sochmentalhealth.com
www.sochmentalhealth.com
@soch_mentalhealth
@sochmentalhealth

મત સટ્ટાબાજી અને ઓનલાઈન જુગાર શું છે?

રમત સટ્ટાબાજીમાં રમત ઘટનાઓના પરિણામ પર શરત લગાવવાનો સમાવેશ થાય છે.

ઓનલાઈન જુગારમાં તક અને કૌશલ્યની રમતોનો સમાવેશ થાય, જે ડિજિટલ પ્લેટફોર્મ પર ઉપલબ્ધ છે.

ઓનલાઈન સટ્ટો કોણ રમી શકે છે ?

કોઈપણ વ્યક્તિ ઓનલાઈન જુગારમાં ભાગ લઈ શકે છે, જેમાં પ્રાસંગિક સટ્ટો રમનારા, નિયમિત ખેલાડીઓ અને ઊંચા દાવ પર રમનારા જુગારીઓનો સમાવેશ થાય છે.

ચાલો, ક્વિઝ રમીએ

પ્રશ્ન: રમતનું જ્ઞાન હોવાથી શરત લગાવતી વખતે તમને ફાયદો થાય છે?

સાચું **ખોટું**

રમત વિશે બધું જાણવાથી તમે સારી શરત લગાવી શકો છો, પણ તેનો મતલબ **એ નથી કે તમે જીતી જ જશો.** રમતનું પરિણામ હજુ પણ **અનિશ્ચિત** છે.

રમતો પર સટ્ટો રમવાની શક્યતા કોને વધુ છે?

- ૪૪ વર્ષથી નીચેના યુવાન લોકો
- વધુ ભણેલા અને વધુ કમાણી કરતા લોકો
- પુરુષો
- એકલા રહેતા લોકો
- ટેકનોલોજીમાં નિપુણ વ્યક્તિઓ

શું આ તમને આશ્ચર્યચકિત કરે છે?

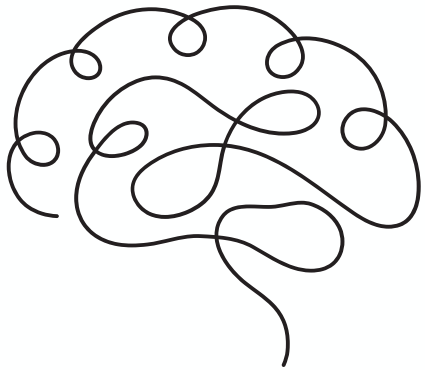
લોકો શા માટે જુગાર રમે છે?

મનોરંજન: મજા અને રસપ્રદ સમય પસાર કરવાની રીત

રોમાંચની શોધ: જોખમ લેવાનો ઉત્સાહ

સામાજિકીકરણ: સમાન રુચિઓ ધરાવતા અન્ય લોકો સાથે જોડાવું

નફો કમાવવાની ઘગશ

નિયંત્રણનો ભ્રમ

ઘણા રમત સટ્ટો રમનારા ખોટી રીતે માને છે કે કૌશલ્ય અથવા પ્રયાસ જીતની ખાતરી આપે છે, જે રેન્ડમ પરિણામો પર **નિયંત્રણનો ભ્રમ દર્શાવે** છે.