

Bachelor's Thesis

Lightning Talk



Klára Záškanová
Graphic and Media Design

Cílem je najít osobní experimentální rovinu grafické tvorby, která reaguje na konkrétní prostředí veřejného prostředí a přináší nové dimenze vyjádření osobních či celospolečenských témat. Součástí je i výběr specifické technologie doplňující vybrané téma.

10) Web App / UX, UI / Game design

Kompletní vizuální podoba webové prezentace / aplikace vybrané služby, společnosti, produktu nebo řešení grafická koncepce hry (edukace, zábava, experiment). Analýza, wireframe, UX / UI, web design, 2D a 3D design, prototyp.

Cílem je zužitkovat získané pokročilé vědomosti v disciplíně digitálního designu a vytvořit celistvý projekt reflektující aktuální technologické možnosti a trendy. Součástí úkolu je i spolupráce se všemi složkami kreativního a vývojového týmu.

BAKALÁRSKA PRÁCA

**Digitálny produkt pre pomoc
patologickým hráčom a ich príbuzným**

 nehraj.sk — nehraj.sk

Pathological gamblers are in other words people, who are addicted on different types of hazard games, such as slot machines, casino games or lotteries.

Pathological gambling is one of the non-drug addictions and it concerns about 1 – 3 % of Slovak (the same for Czech) population.



Nehraj.sk

Zmieriť sa s prehrou môže byť
najväčšou výhrou v živote

[DOMOV](#)[HRÁČ -](#)[PRÍBUZNÍ -](#)[UMENIE -](#)[FÓRUM](#)[KONTAKTY](#)

Aj tak by mi nepomohli.

Začalo to v menšej miere. Kým som podával za menšie sumy ako je napríklad 20 max. 50 korún a bolo to maximálne 2-3 krát do týždňa, videl som v tom prakticky zábavu. Samozrejme som sa tešil aj z 200 alebo 300 korún, keď som vyhral, ale čo sa týka nervozity, napätia pri čakaní na výsledky, alebo keď...



Otestujte sa: Ste hráč ?



Hľadáte odpoveď na otázku, či ste, alebo nie ste patologický hráč - gambler?

Vravia Vám ľudia okolo, že ste

List pre Teba



Milý priateľ, dopočul som sa o tom, že si sa rozhodol niečo robiť so svojou

závislosťou. Úprimne povedané,

Hľadáte pomoc?



Mgr. Ján Záskalan - 20 rokov profesionálnej práce v rámci

špecializovaného oddelenia pre

Výpovede hráčov



Som šťastný, že som mohol vidieť a hlavne rozprávať sa s rodičmi. Doma mi to

vždy robilo problém a aj keď som im

Výpovede rodín



Môj problém sa ťahá už od marca tohto roka. Vtedy mi môj manžel oznámil, že

investoval veľké množstvo peňazí do



Gambler: Prečo prišla recidíva?



Asi pred dvanástimi rokmi som odchádzal z liečenia s tým, že už nikdy nebudem hrať. Odchádzal som s tým, že som vyliečený gambler. Dnes, po dvanástich rokoch som späť na liečení. A som na tom ešte horšie než predtým. Čo som podcenil?

Hlavný dôvod pripisujem tomu, že som zabudol, kto som - že som závislý hráč a myslel som si, že všetko mám pod kontrolou. Skutočnosť však bola iná. To, že som na túto dôležitú vec zabudol bol následok môjho ľahkovážneho prístupu k procesu doliečovania, pretože na klube som bol iba raz, aj to asi tri týždne po ukončení liečby. Tiež som neabsolvoval žiadnu Necítil som sa ako hráč a to mi vlievalo falošnú istotu do abstinencie. Necítil som sa ako hráč a to mi vlievalo falošnú istotu do abstinencie. Myslel som, že už mám všetko pod kontrolou, ale keby som sa lepšie prizrel pod pokrievku, videl by som, že to tam vrie. Rady, ktoré som dostal na liečení som doržieval len čiastočne a postupom času som aj na tieto rady zabudol. Hovoril som si, že na kluby chodiť nemusám, lebo sa mi darí a nehrám a opakovačku som si ani nepripustil, respektíve som si to odôvodnil pre seba, že na to nemám čas, ale bola to len výhovorka pre seba samého. Moje správanie sa postupom času menilo k tomu, ako som sa správal pred liečením, ale ja som si to neuvedomoval, lebo som si ani len v kútiku duše nepripustil a ani som o tom nerozmýšľal, že som stále hráč, len od hrania abstinujem. Teraz to musím brať ako "dobrú" skúsenosť pre túto liečbu a hlavne doliečovanie. Dnes viem, že nesmiem nikdy zabudnúť na to, že som hráč a tým ostanem až do konca svojho života. K tomu mi pomôžu návštevy klubov a tiež opakovacie ličby, ktoré chcem absolvovať raz za rok.

Takže som hráč a vždy ním aj budem - táto dôležitá veta mi pomôže v abstinencii od hrania, ale len pomôže a preto si ju musím pripomínať.

[Nasl.](#)

- ✓ Domov
- ✓ Diskusné Fórum
- ✓ Kontakty
- ✓ Napíšte nám
- ✓ Rôzne
- ✓ Legislatíva
- ✓ Monitoring médií

- ✓ Forum
- ✓ Úvod
- ✓ **Nové témy**
- ✓ Vyhľadaj

- Advokáti
- Centrum právnej pomoci
- Daňové úrady
- Infodrogy
- Mediátori
- Sociálna poisťovňa
- Verejný ochranca práv
- Zoznam exekútorských úradov SR



Používatelia	3583
Články	346
Počet návštev	1466772

článkov

Relaxujte s počítačovou hrou - hranie ktoré lieči.

emwave_pc_1



Chcete sa **hrať, ale tak, aby ste neprepadli závislosti?**

Chcete sa hrať na počítači so svojimi deťmi, ale tak, aby sa pritom **niečo naučili aj do života?**

Chcete znížiť stres a **upokojiť svoju myseľ?**

Chcete znížiť svoju výbušnosť?

Hľadáte **darček pod stromček?**

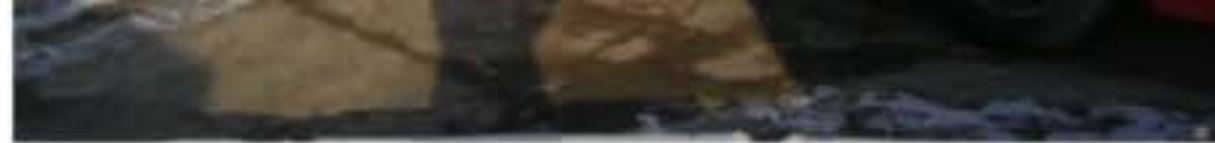
Keby sa to tak dalo **všetko v jednom....**

Čítať ďalej: [Relaxujte s počítačovou hrou - hranie ktoré lieči.](#) >

Pravidlá fóra.

- Skôr, ako vytvoríš novú tému, pozri sa, či niekto nevytvoril takú tému ako Ty a či už tvoja otázka nie je zodpovedaná v niektorej inej diskusii.
- Skôr než vytvoríš novú tému, dobre zvaž, do ktorej kategórie ju zaradiš. Príspevok zaraď len do jednej kategórie (nepíš tú istú tému do viacerých kategórií.)
- Drž sa témy. Pokiaľ ňa uprostred témy napadne niečo nové, vytvor na to novú tému. Inak to skončí tak, že téma nazvaná napríklad "Zistila som, že ma okradol" bude z dvoch tretín témou o tom, čo štát robí a nerobí pre prevenciu závislostí...
- Keď vytváraš tému, venuj trochu času vymysleniu jej názvu tak, aby vystihoval o čom daná téma na diskusie je. Neboj sa využiť viac ako dve slová pre názov témy. Názvy typu "Pomôžte mi!", "Ako ďalej" a pod. nikomu nič nepovedia.
- NEPÍŠ ZBYTOČNE VEĽKÝMI PÍSMENAMI! Zle sa to číta a pôsobí to dojmom KRIČANIA!!!
- Pri každom príspevku zvaž, či je asresovaný širšiemu publiku, alebo je to niečo určené len konkrétnej osobe. Podľa toho sa rozhodni, či napíšeš príspevok do diskusie, alebo pošleš danému človeku internú poštu. Typickým príkladom sú príspevky ako "Martin, kedy sa stretneme?" a podobne. Takéto príspevky zbytočne zaplňujú diskusiu.
- Nepoužívaj vulgarizmy.
- Neurážaj ostatných členov diskusie a nevyvolávaj hádky. Každý má právo na svoj názor, ale nemal by ho vnucovať ostatným. Pokiaľ chceš niekoho kritizovať, urob to slušne a bez urážok. Osobné konflikty s ostatnými nerieš v diskusii.
- Čo sa stane, ak nebudeš tieto pravidlá dodržiavať? Tebe pravdepodobne nič, ale mnohým ľuďom zbytočne zneprijemníš čítanie diskusie, zbytočne znížiš ich kvalitu a pridáš prácu administrátorovi.



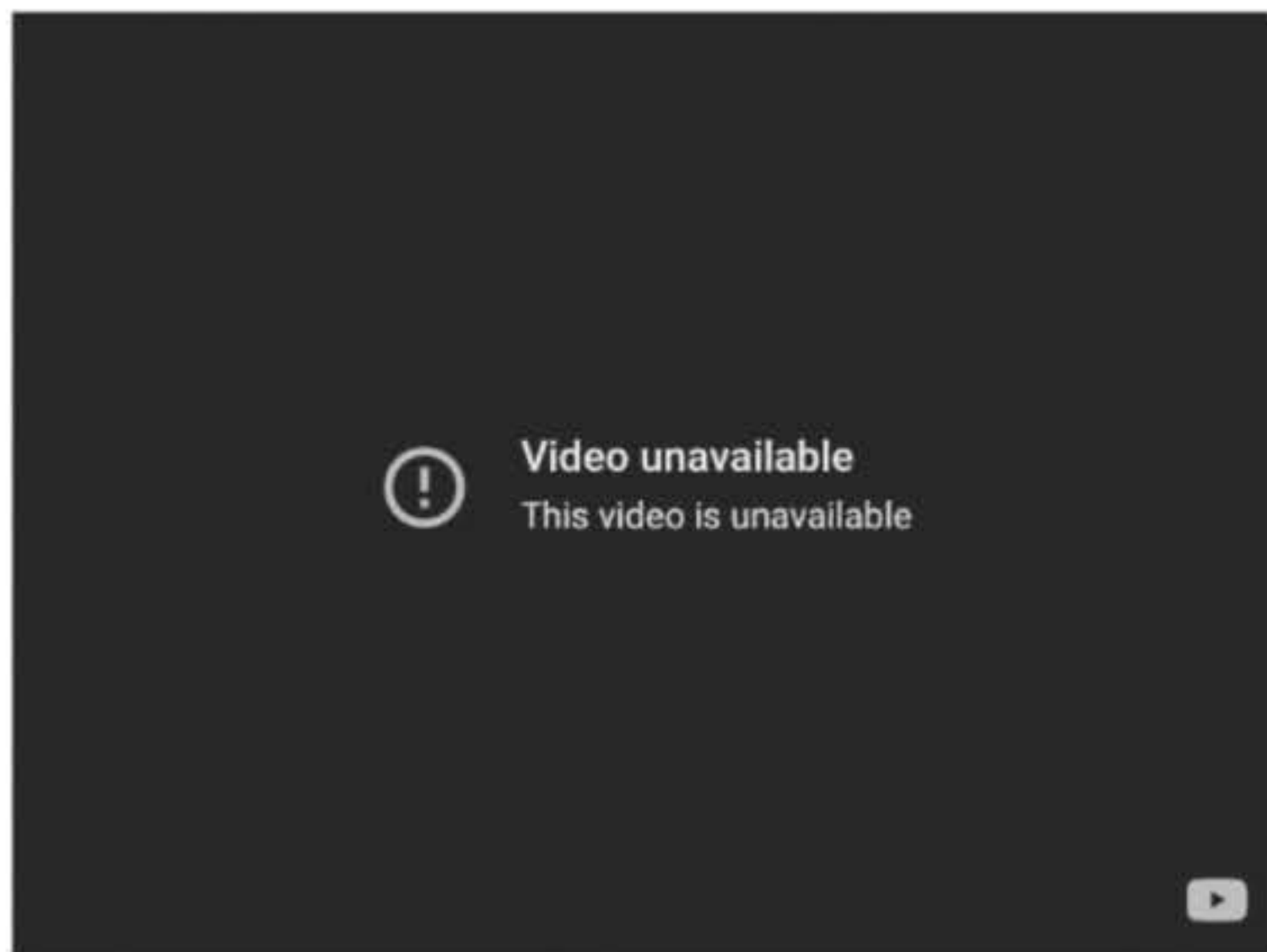


Vznik a fungovanie tejto stránky finančne podporili:

[Banskobystrický samosprávny kraj](#)

- Darcovia 2% dane z príjmu

Ak chcete aj Vy podporiť fungovanie a ďalší rast portálu Nehraj.sk, môžete tak urobiť buď príspevkom do diskusného fóra a pomocou druhým, doporučením portálu ľuďom, ktorí ho možno potrebujú, alebo finančne na č.ú. 2622779900/1100.



Vitajte na Nehraj.sk - Kde končí závislosť začína život.

Nehraj.sk je internetový portál určený na pomoc patologickým hráčom (gamblerom) a ich príbuzným. Ak máte vy, alebo niekto z Vašich blízkych problém so závislosťou na automatoch, rulete, tipovaní, alebo iných formách hazardných hier, našli ste správne miesto pre začiatok svojej novej cesty. Dúfame, že s nami bude Vaša cesta ľahšia...

Projekt Nehraj.sk stále pomaly, ale dúfam že isto rastie. Ešte stále pridávame do jednotlivých častí nové články. Naším cieľom je, aby sa portál stal miestom stretnutí ľudí, ktorých sa téma závislosti na hazardnej hre týka - aby sa portál stal miestom osobných výpovedí, povzbudení. Pre abstinujúcich hráčov poskytuje priestor na pripomenutie si a zamyslenie - v časoch núdze môže byť jeho čítanie náhradou za návštevu klubu a teda formou doliečovania. Dúfame tiež, že pre nových návštevníkov, ktorí už majú problémy s hrou, ale nevedie ako ďalej bude miestom, ktoré ich možno na začiatok aspoň povzbudí k tomu, aby sa poučili z chýb iných.

Uvítame aj vaše názory, príbehy, alebo výpovede - to všetko v diskusnom fóre.

VÝHODY REGISTRÁCIE:

- Možnosť posielat' súkromné správy medzi zaregistrovanými užívateľmi
- Možnosť informovania o novinkách na našom portáli (v časti Rôzne/Notifikácia o novinkách)
- Možnosť informovania o nových reakciách na príspevky v diskusnom fóre.



1 . Definition of the thesis' goal

- redesign the web in a way, that will be distinct from the websites dealing with gambling**
- include more interactive elements**
- create a strong visual that will spread the web's message**



Projekt Zodpovědné hraní

Nadměrné hraní sebou může nést společenské a ekonomické následky. Ať jste kdokoliv, rádi bychom vám udělali jasno v tom, co všechno je dobré o hazardních hrách vědět, čeho je dobré se vyvarovat, jak funguje prevence a co dělat, když už je situace vážná.

Více informací o Projektu Zodpovědné hraní



Jsem tu, protože ...



Neprehraj si život, hraj zodpovedne

Som
HRÁČ
a chcem vedieť,
ako hrať zodpovedne

Dozvedieť
sa viac

Hráča
POZNÁM
a chcem mu pomôcť,
aby hral zodpovedne

Dozvedieť
sa viac

Linka pomoci
pre problémy s hraním
0800 800 900

Dokážete hrať s rozumom, alebo vám už hranie prerastá cez hlavu?



Skúste náš test

Podte sa zmieriť s

prehrou



Mám chuť hrať

Linka pomoci
0800 800 900



Na začiatku je hranie vzrušujú



Príde prvá výhra, cítite sa sebavedomo a všetko máte pod kontrolou, nemáte sa čoho obávať

Svoje prehry tajíte a požičiavate si peniaze

Narastajú vám dlhy, doma sa stupňuje zlá atmosféra,
uvedomujete si, že stále nutkanie hrať je problémom



Je Ti príbeh povedomý?

Ak tušíte, že svoje hranie nemáte viac pod kontrolou alebo vám príbeh pripomína vášho blízkeho, vyplňte test a zistíte, či ide o problémové hranie

Som hráč?



Žijem s hráčom?

Sme miestom výpovedí



Sme miestom výpovedí a povzbudení

Na tejto ceste nie ste sami. Prečítajte si skúsenosti tých, ktorí niečím
podobným ako vy prešli. Tých, ktorí sa rozhodli zmeniť svoj život.

Výpovede hráčov

Výpovede príbuzných



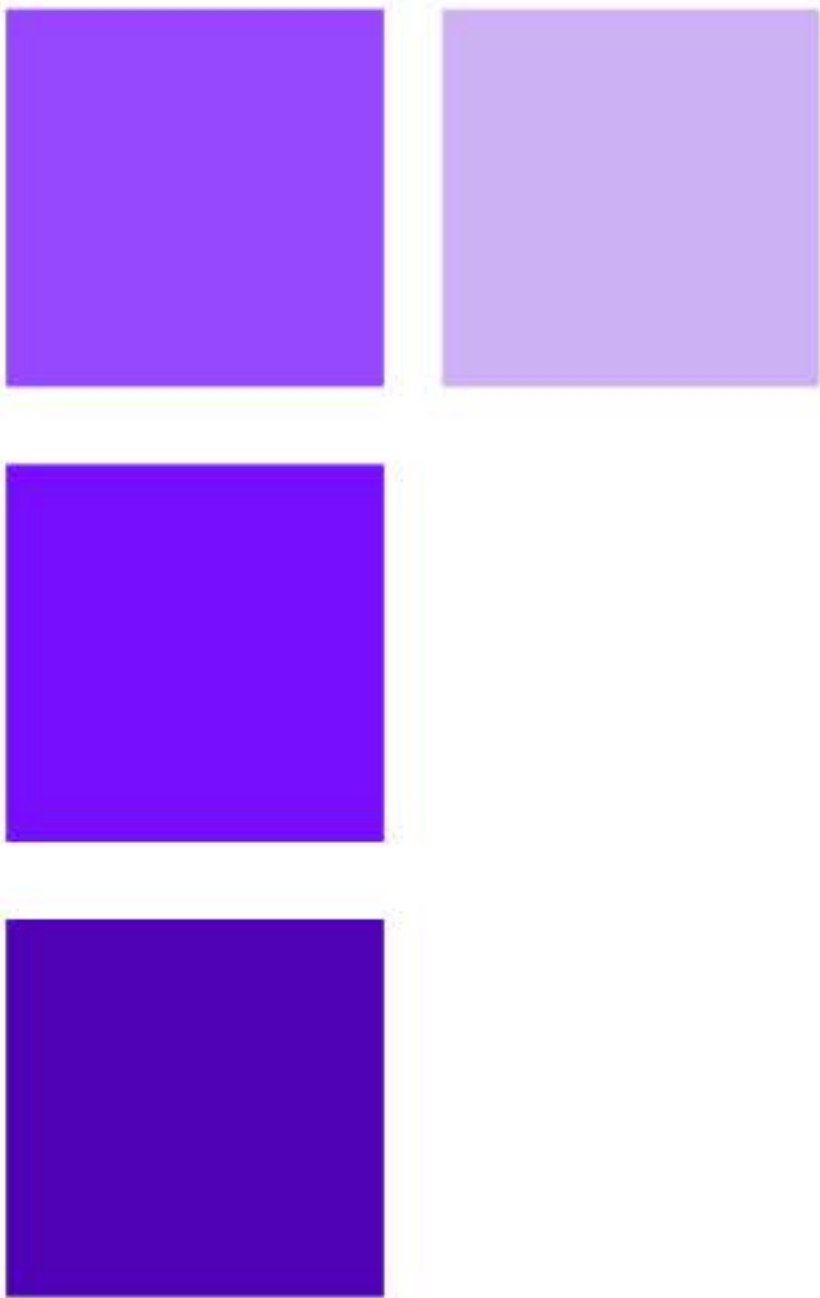
Zmier sa s prehrou.

Zmier sa s prehrou, bude to najlepšia výhra v tvojom živote

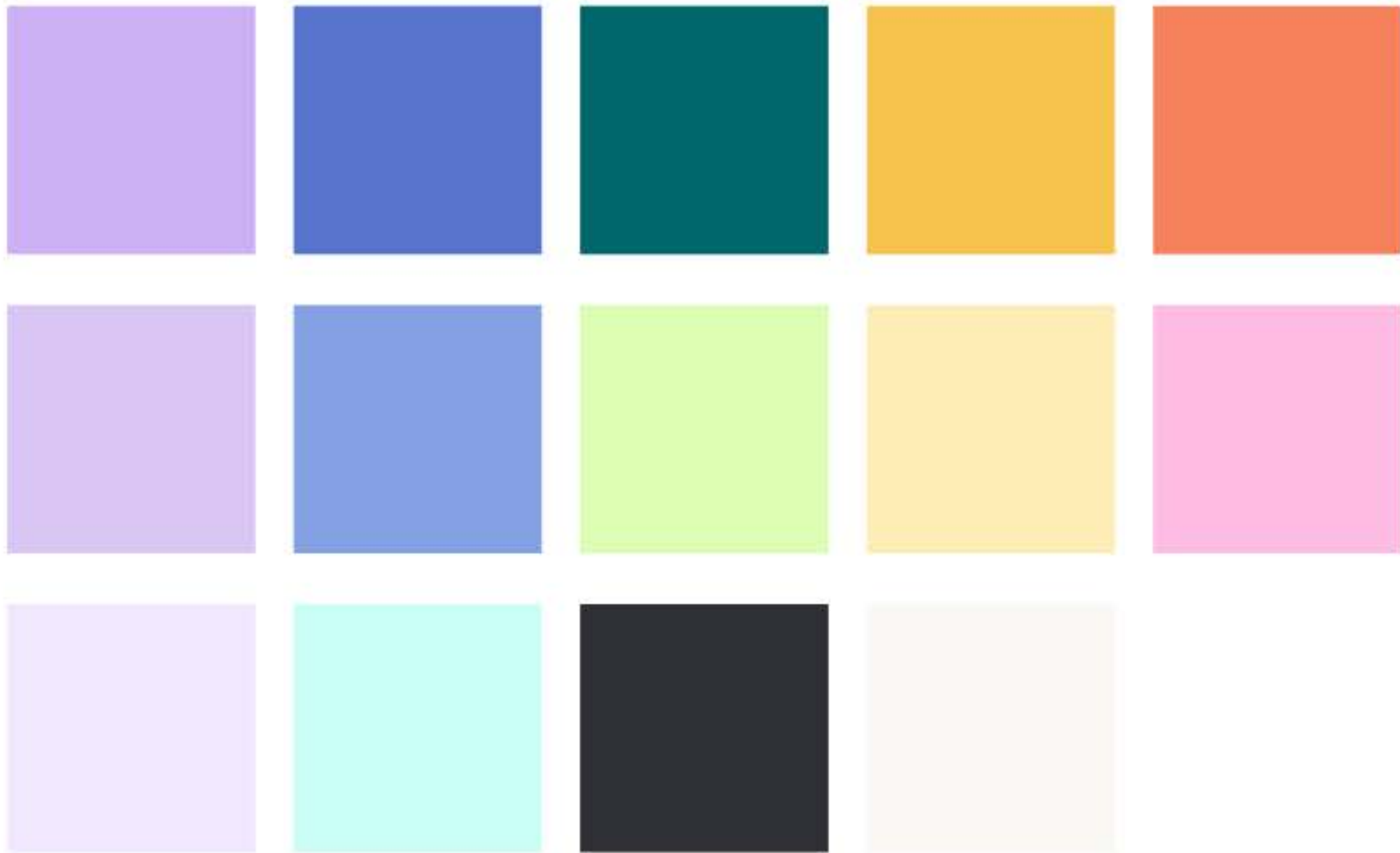
Vyhľadať pomoc

Zabudni na to, že peniaze, ktoré si prehral niekedy vyhráš späť.
Začni znova žiť. Neodkladaj ten krok a požiadaj o pomoc.

Primary



Illustrations



Text



Buttons, Icons









+



=



pause / stop symbol

web initial



Nehraj



nehraj.sk



[Otestujte sa](#) ▼

[Výpovede](#)

[Články](#) ▼

[Diskusné fórum](#)

[Vyhľadať pomoc](#)

[Čo je nehraj.sk](#)

[Prihlásiť sa](#)

Ste patologický hráč?

Myslíte si, že s hraním ešte nemáte problém? Alebo zúfate, ale bojíte sa to blízkym priznať, aby ste o nich neprišli? Už to, že čítate tieto riadky je známkou toho, že ste svoj osud úplne nepustili z rúk a chcete niečo zmeniť.

Začať anonymný test



Prečítajte si viac o gamblingu

[← Otestujte sa](#) / Som hráč?

Pamätajte, byť hráčom
neznamená byť zlým
človekom —



Svojpomocná organizácia z USA *Anonymní gambleri* (GA) vytvorila svoj vlastný dotazník, pomocou ktorého sa môžete otestovať a určiť, či pojem patologický hráč patrí aj Vám, a či už Vaše hranie/tipovanie prekročilo mieru únosnosti.

[PDF Dotazník](#)

[📄 Zdroj dotazníka](#)

[◀ Otestujte sa / Som hráč?](#)

4  20

Mávate po hre výčitky svedomia?

Áno

Nie

[◀ Prechádzajúca otázka](#)

[← Otestujte sa / Som hráč?](#)

19 ————— 20

**Hrali ste niekedy preto, aby ste získali peniaze,
ktorými by ste zaplatili dlhy, alebo vyriešili
svoje finančné ťažkosti?**

Áno

Nie

[← Prechádzajúca otázka](#)

← Otestujte sa / Som hráč?

4/20

kladne zodpovedaných otázok



Vážne varovanie

Už štyri kladne zodpovedané otázky signalizujú vážne varovanie. To, čo hraním a tipovaním strácate výrazne prevyšuje zisky z hry. Odporúčame Vám stanoviť si jasné hranice a v prípade, že ich nedokážete dodržať, vyhľadajte pomoc skôr, než bude neskoro.

Možnosti odbornej pomoci

Výpovede hráčov

[PDF Dotazník](#)

[Zdroj dotazníka](#)

Otestujte sa: Patologický hráč / gambler - gambler/ - áno, alebo nie.



Hľadáte odpoveď na otázku, či ste, alebo nie ste patologický hráč - gambler? Vrávia Vám ľudia okolo, že ste gambler, ale Vy s tým nesúhlasíte? Myslíte si, že s tým ešte nemáte problém, že to zvládnete, že to bude dobré? Alebo naopak zúfate, máte pocit, že majú pravdu, ale bojíte sa im priznať, aby ste o nich neprišli, aby ste ich nesklamali? Hanbíte sa za to, že nezvládáte hazardnú hru, tipovanie? A

lebo si myslíte, že to je len dočasné a určite sa to zlepší? Chcete si sami overiť, či je to naozaj s Vami tak zlé? Ste chorý? A potrebujete pomoc? Už to, že čítate tieto riadky je známkou toho, že ste svoj osud úplne nepustili z rúk a chcete niečo zmeniť. Na začiatok je to dobrý krok.

Hlavne pamätajte na to, že byť chorým - patologickým hráčom neznamena byť zlým človekom. Taktiež to neznamena, že patologický hráč už nemôže vyhrať - automat, ruleta ani podaný tiket nerozlišujú medzi tým, kto na nich vsadil. Hlavný problém je, že kvôli hranu prípadne snahe vrátiť prehraté späť strácate viac, než získavate...

Pri splnení piatich z desiatich uvedených kritérií je možné na základe americkej klasifikácie chorôb DSM-IV, hovoriť o patologickom hráčstve ako o duševnej poruche. Splnenie jediného z nich by už však malo byť vážnym varovaním.

1. Zaujatost' hraním (predstavy, snívanie o rôznych situáciách pri hraní, rozmyšľanie o možnostiach získania peňazí, atď.)
2. Potreba zvyšovať stávky na dosiahnutie pocitu príjemného napätia a vzrušenia.
3. Opakované neúspešné pokusy kontrolovať, alebo zastaviť hranie.
4. Prítomnosť nepokoja a podráždenosti pri prerušení, alebo zastavení hrania.
5. Hranie ako spôsob odpútania sa, odreagovania od problémov, alebo spôsob odstránenia či zmierenia ylej nálady.
6. Opakovaný návrat do herne na druhý deň po prehre s cieľom vyhrať peniaze späť a vyrovnať straty.
7. Klamstvá rodine, terapeutom, alebo iným osobám zapojeným do problému s hraním.
8. Nelegálne aktivity v súvislosti so získaním peňazí na hranie.
9. Strata zodpovedajúcich sociálnych, pracovných a rodinných kontaktov, práce alebo kariéry v dôsledku hrania.
10. Prenášanie zodpovednosti za vyrovnanie dlžôb vzniknutých v dôsledku hrania na iných ľudí.

Svojpomocná organizácia z USA Anonymní gambleri (GA) vytvorila svoj vlastný dotazník, pomocou ktorého sa môžete otestovať a určiť, či pojem patologický hráč patrí aj Vám, a či už Vaše hranie/tipovanie prekročilo mieru únosnosti.

1. Strácali ste čas kvôli hranu?
2. Urobilo hranie Váš život doma nešťastným?
3. Poškodilo hranie Vašu povesť?
4. Mávate po hre výčitky svedomia?
5. Hrali ste niekedy preto, aby ste získali peniaze, ktorými by ste zaplatili dlhy, alebo vyriešili svoje finančné ťažkosti?
6. Zmenšilo hranie Vašu výkonnosť a Vašu ambicióznosť?
7. Keď prehráte, máte pocit, že sa musíte k hre čo najskôr vrátiť a vyhrať späť, čo ste prehrali?
8. Keď vyhráte, máte silnú túžbu vrátiť sa k hre a vyhrať ešte viac?
9. Požičali ste si niekedy preto, aby ste financovali svoje hranie?
10. Hráte často tak dlho, kým neprehráte posledné peniaze?

Prečítajte si viac o probléme hráčstva

Všetky články

Pred liečbou

Počas / Po liečbe

Vysvetlené deťom



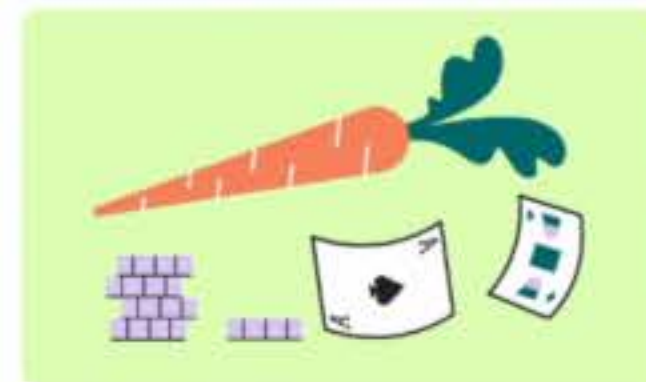
Patologický hráč a ilúzia kontroly

Má ho ťažko nájsť, ako kontrolovať a poch...



Relaps a ako mu predchádzať

Relaps možno definovať niekoľkými spôsobmi. Pre niektorých znamená relaps návrat k starým



Ako zajac hral a prehral

Skúste svoje detičky informovať o hazardnej hre napríklad aj pomocou tejto rozprávky. Alebo aj



Patologický hráč a ilúzia kontroly

Náhodu nemožno nijako kontrolovať, a nech robíte čokoľvek nemožno zvýšiť šance na výhru, aké je výsledok závislý ...

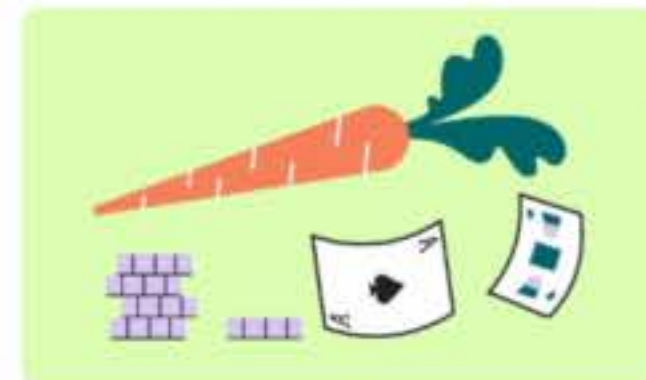
Pred liečbou 10 minút čítania



Relaps a ako mu predchádzať

Relaps možno definovať niekoľkými spôsobmi. Pre niektorých znamená relaps návrat k starým spôsobom hrania. Pre iných je ...

Po liečbe 11 minút čítania



Ako zajac hral a prehral

Skúste svoje detičky informovať o hazardnej hre napríklad aj pomocou tejto rozprávky. Alebo si vymyslíte svoju. Je to najmä pre malé deti ...

Vysvetlené deťom 15 minút čítania



Chuť hrať

Napriek tomu, že ste sa rozhodli s hrou prestať, môže sa stať a obvykle sa aj stáva, že chuť na



Dlžoby a ako z nich von

Jedným z najväčších problémov bývajú financie. Doporučujeme Na začiatok Vám



Cesta ďalej

Po liečení (ale aj pre ním) býva jedným z najčastejších problémov najmä ľudí, s ktorými by

môže sa stať a obvykle sa aj stáva, že chuf na
hru preda. Diskusiu sa to stáva po týždni...

 Nehraj

Otestujte sa 

Výpovede

Články 

Diskusné fórum

Vyhľadajte pomoc

Čo je nehraj.sk

[Prihlásiť sa](#)

Po liečbe 4 minúty čítania

Pred liečbou 7 minút čítania

Po liečbe 4 minúty čítania

1 2 >

Vravia Vám ľudia okolo, že ste gembler, ale Vy s tým
nesúhlasíte? Myslíte si, že s tým ešte nemáte problém,
že to zvládnete, že to bude dobré?

Otestujte sa a zistíte, či sa Vás problém hráčstva týka.

Som hráč?

Žijem s hráčom?

Výpovede tých, ktorí si závislosťou prešli

Ak ešte rozmýšľate, či je ten správny čas prestať hrať a začať žiť, prečítajte si výpovede tých, ktorí sa rozhodli so sebou bojovať. Tých, ktorí sa zmierili s tým, že prehraté peniaze sa už viac nevrátia. Tých, ktorí sa zmierili s prehrou...

[Výpovede hráčov](#)[Výpovede príbuzných](#)[Básne hráčov](#)[Kresby hráčov](#)

Chcem nájsť samého seba

Dnešný deň bol mojim prvým, takže sme sa hlavne zoznamovali ...

Vždy mi bolo málo

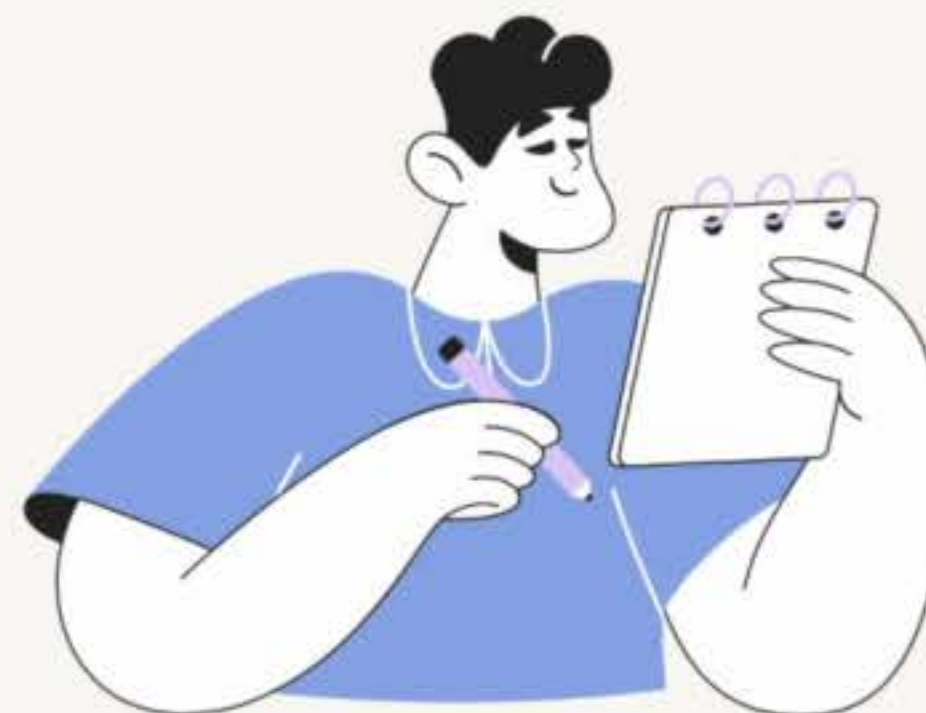
Dnešný deň bol mojim prvým, takže sme sa hlavne zoznamovali ...

Pokušenie netreba otvárať

Život v abstinencii je plný nástrah... tieto pokušenia netreba ani otvárať, treba ich ...

Básne hráčov

Tieto básne boli zozbierané počas skupinových terapií na psychiatrickom oddelení v Banskej Bystrici. Sú náhľadom do duší hráčov, ich pocitov a ich vnímania vtedajšej situácie.



Výpovede hráčov

Výpovede príbuzných

Básne hráčov

Kresby hráčov

Začiatok

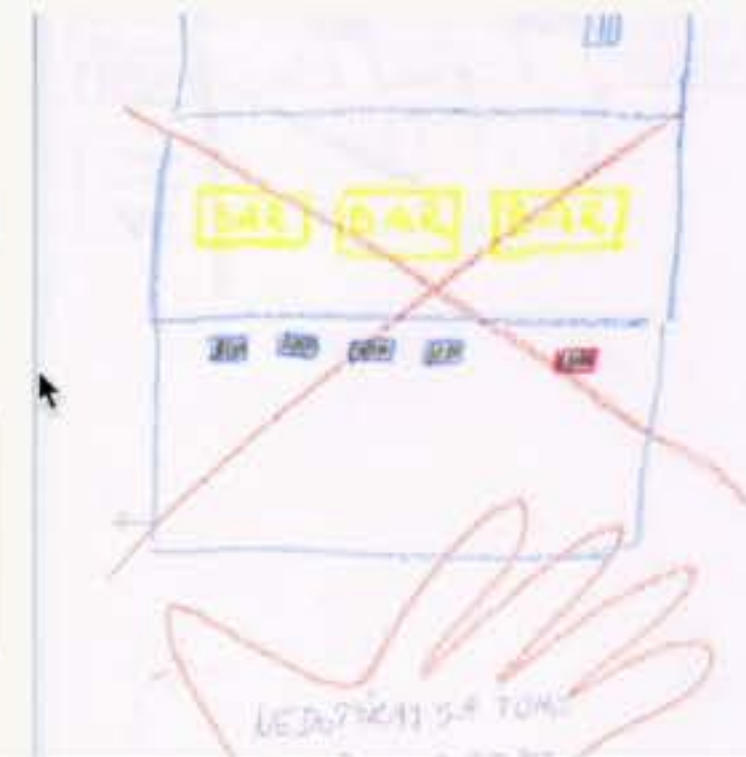
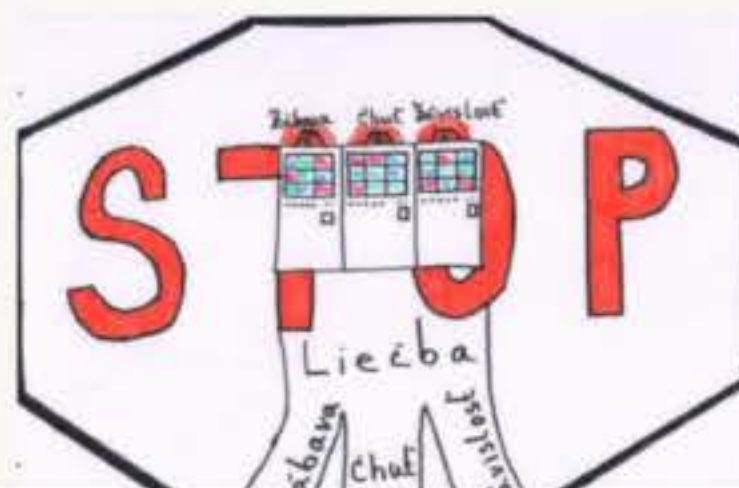
Niekde začať predsa musím
prídiho to v sebe dusím.

Návrat domov

Niekde začať predsa musím
prídiho to v sebe dusím.

Môj život

Niekde začať predsa musím
prídiho to v sebe dusím.



**11/19 they were influenced by stories of others,
while considering seeking the help**

17/19 would be interested in discussion forum

Možnosti riešenia problému

Pomoc patologickým hráčom

Pomoc obetiam násillia



Ambulantná liečba gamblarov Mgr. Ján Záškan

Banská Bystrica [zobrazit na mape](#)

Mgr. Ján Záškan, ktorý na oddelení špecializovanom na problémy s gamblingom a v ambulancii s problematikou nelátkových závislostí pracoval 10 rokov a tiež viedol kluby abstinujúcich gamblarov v Banskej Bystrici pracuje teraz v súkromnej psychologickej praxi, kde poskytuje poradenstvo a tiež psychoterapeutickú pomoc pre ľudí s problémami s hraním, tipovaním a inými nelátkovými závislosťami a tiež ich príbuzných.

[Navštíviť stránku](#) →



Psychiatrické oddelenie FNsP F. D. Roosevelta

Banská Bystrica [zobrazit na mape](#)

Oddelenie pre liečbu patologického hráčstva je súčasťou Psychiatrického oddelenia FNsP F.D.Roosevelta.

[Navštíviť stránku](#) →

Odborný liečebný ústav psychiatrický Predná hora, n.o.

Muránska Huta [zobraziť na mape](#)

Ústav sa zaoberá liečbou pacientov závislých od alkoholu, patologických hráčov a závislých od tvrdých drog. Naš systém pracuje s komplexným liečebným programom, s komunitou a predovšetkým s nadšeným a angažovaným personálom, ktorý stavia na tom, že naši pacienti sú kvalitné a hodnotné osobnosti, ktorí sú schopní a ochotní zmeniť svoj doterajší život.

[Navštíviť stránku](#) →

Bezplatné dlhové poradenstvo

Služby poskytované po celom slovensku [zobraziť lokality](#)

Dlhové poradne boli vytvorené s cieľom pomôcť práve Vám a ostatným ľuďom v ťažkej finančnej situácii, ktorí sa nachádzajú v začarovanom kruhu dlhov. Poradenstvo s odborníkmi Vám pomôže pochopiť vašu zložitú situáciu a nájsť možnosti riešenia.

[Navštíviť stránku](#) →



Pomoc gamblerom v Čechách

Brno [zobraziť na mape](#)

Členové spolku Stop závislosti jsou převážně lidé s osobní zkušeností, kteří sami prošli problémem závislosti na hazardních hrách a procesem uzdravení. Nestojí tedy pouze na teoretických základech.

Poradne pre týrané ženy a obeť násillia

[Pomoc patologickým hráčom](#)[Pomoc obetiam násillia](#)

V prípade, že Vás Váš partner telesne a psychicky týra, neváhajte a anonymne sa poraďte s odborníkmi na týchto adresách. Nezáleží na tom, či ide o súvislosť s hraním, alkoholom, drogami alebo len o povahu. Vyhľadajte pomoc.

[Vyberte kraj ▾](#)

OZ Aliancia žien Slovenska

Vavilovova 22, 851 01 Bratislava

[zobraziť na mape](#)

02/66 4 281 49, 02/624 503 48



OZ Pomoc ohrozeným deťom, Centrum Nádej

Vavilovova 22, 851 01 Bratislava

[zobraziť na mape](#)

02/622 499 16

Čo je Nehraj.sk

Nehraj.sk je internetový portál určený na pomoc patologickým hráčom (gamblerom) a ich príbuzným. Ak máte vy, alebo niekto z Vašich blízkych problém so závislosťou na automatoch, rulete, tipovaní, alebo iných formách hazardných hier, našli ste správne miesto pre začiatok svojej novej cesty. Veríme, že s nami bude Vaša cesta ľahšia...



Komu je portál určený

Naším cieľom je, aby sa portál stal miestom stretnutí ľudí, ktorých sa téma závislosti na hazardnej hre týka - aby sa stal miestom osobných výpovedí a povzbudení.

novej cesty. Veríme, že s nami bude Vaša cesta ľahšia

 Nehraj

Otestujte sa ▾

Výpovede

Články ▾

Diskusné fórum

Vyhľadaj pomoc

Čo je nehraj.sk

Prihlásiť sa

Komu je portál určený

Naším cieľom je, aby sa portál stal miestom stretnutí ľudí, ktorých sa téma závislosti na hazardnej hre týka - aby sa stal miestom osobných výpovedí a povzbudení.



Abstinujúcim hráčom

Portál poskytuje priestor na pripomenutie a zamyslenie. V časoch núdze môže byť jeho čítanie náhradou za návštevu klubu, a teda formou doliečovania.



Novým návštevníkom

Pre nových návštevníkov, ktorí už majú problémy s hrou, ale nevedia ako ďalej, chce byť portál miestom, ktoré ich na začiatok povzbudí k vyhľadaniu pomoci.



Príbuzným hráčov

Ak poznáte niekoho, kto má s hraním problém, portál Vám pomôže zistiť, aké sú možnosti liečby. Tiež Vám priblíži, ako príbuzného pochopiť a pomôcť mu.

za návštevu klubu, a teda formou
doležovania.

začiatok

pomoci,

príbuzného pochopiť a pomôcť mu,

 Nehraj

Otestujte sa ▾

Výpovede

Články ▾

Diskusné fórum

Vyhľadať pomoc

Čo je nehraj.sk

Prihlásiť sa

Pošlite to ďalej a podporte fungovanie portálu

Dajte o nás vedieť svojim známym. Prispejte svojim príbehom a pomôžte tak ďalším ľuďom... Ak chcete podporiť ďalší rast portálu, môžete tak urobiť finančne na č.ú. 2622779900/1100.

Zdieľať stránku

Napísať svoj príbeh



Nad vytvorením takejto stránky som rozmýšľal už dlho. Prial som si, aby všetka bolesť, utrpenie ale aj nádej a zázračné stretnutia nezostali len medzi múrmi banskobystrickej psychiatrie. Ale aby pomohli aj iným a dodali im odvahu a chuť bojovať za krajší život.

Ďakujem ľuďom, ktorí sa rozhodli so svojim problémom s hazardnou hrou niečo urobiť a dovolili mi nahliadnuť do svojich životov. Od nich som čerpal inšpiráciu, príbehy a chuť ísť za svojim cieľom napriek prekážkam.

Mgr. Ján Záškan. Psychológ, zakladateľ a správca portálu Nehraj.sk

ehrou



Mám chuť hrať

Linka pomoci
0800 800 900

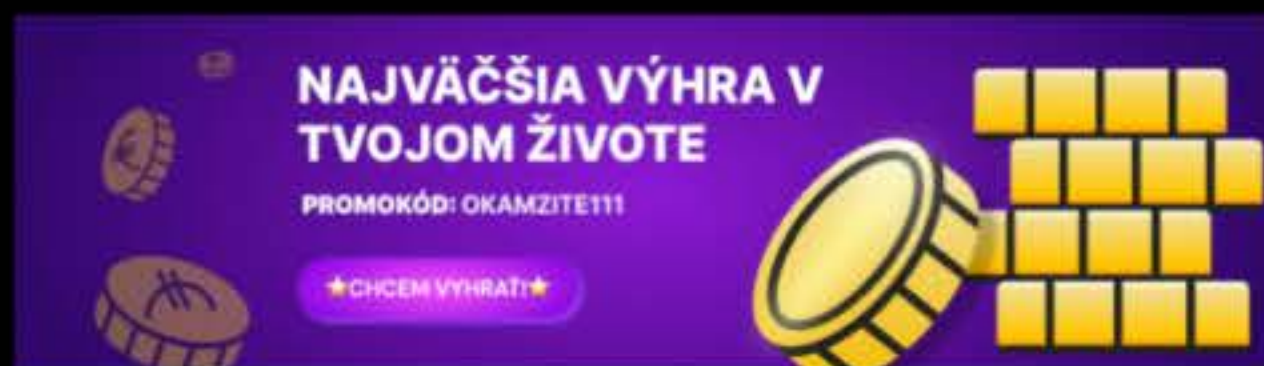




NAJVÄČŠIA VÝHRA V
TVOJOM ŽIVOTE

POUŽI PROMOKÓD:
OKAMZITE111

★CHCEM VYHRÁŤ!★



NAJVÄČŠIA VÝHRA V
TVOJOM ŽIVOTE

PROMOKÓD: OKAMZITE111

★CHCEM VYHRÁŤ!★



ČAKÁ ŤA NAJVÄČŠIA VÝHRA
TVOJHO ŽIVOTA

POUŽI PROMOKÓD: OKAMZITE111

★CHCEM VYHRÁŤ!★



VÝHRA TVOJHO
ŽIVOTA

POUŽI PROMOKÓD:
OKAMZITE111

★CHCEM VYHRÁŤ!★



VÝHRA TVOJHO
ŽIVOTA

POUŽI PROMOKÓD:
OKAMZITE111

★CHCEM VYHRÁŤ!★

nehraj
Sponsored

Z výpovedí hráčov — František, 38 rokov

1/8

Dokázal som okradnúť aj manželku

Learn more

>

10:37

Instagram

+

♡

💬

nehraj
Sponsored

Z výpovedí hráčov — František, 38 rokov

2/8

Moje prebudenie, ktoré bolo pomalé a bolestivé prišlo asi pred 3 mesiacmi, keď som pomaly, ale isto začal zisťovať, že som už na dne finančne, ale aj psychicky a už nedokážem klamať vo všetkom.

Learn more

>

♡

💬

🚩

53,957 views

nehraj here is a caption for this section here is a caption for this section here is a caption for this section here is a caption for this section and ... more

View all 18 comments

🏠

🔍

+

🛒

👤

nehraj
Sponsored

Z výpovedí hráčov — František, 38 rokov

3/8

Pomaly moja rodina zisťovala, že je to už so mnou zlé a začali mi to vytýkať a dennodenne pripomínať. Najhoršie na tom bolo, že som dokázal okradnúť už aj svoju manželku, ktorá mi vo všetkom verila.

Learn more

>



nickname

Edit Profile



12 posts

1200 followers

120 following

Name Surname



POSTS

IGTV

SAVED

SAVED

Chuť hrať

5 krokov, ako predísť
relapsu



Z výpovedí hráčov — František, 38 rokov

Dokázal som
okradnúť aj
manželku

Cesta ďalej



Z výpovedí hráčov — František, 38 rokov

Keď mi priateľka
vravela niečo proti
srsti, nebral som
jej slová vážne

Kartička prvej pomoci

Vtiera sa Ti do mysle hranie?
Pod' mu odolať.



Z výpovedí hráčov — Roman, 27 rokov

Nastúpil som na
liečenie, čo považujem
za prebudenie zo
zleho sna

Zmierte sa s

Internetový portál pre pomoc patologickým hráčom a ich príbuzným

Básne hráčov



Diskusné fórum



Abstract The purpose of this study was to determine the effect of a 12-week, low-intensity, low-impact, and low-volume exercise program on the physical fitness of sedentary, middle-aged women. The study was a randomized, controlled trial. The subjects were randomly assigned to either an exercise group or a control group. The exercise group performed a 12-week, low-intensity, low-impact, and low-volume exercise program. The control group did not exercise. The subjects were assessed for physical fitness at baseline and at 12 weeks. The exercise group showed significant improvements in physical fitness compared to the control group. The improvements were seen in all measures of physical fitness, including cardiovascular fitness, muscular fitness, and body composition. The exercise program was safe and effective for improving physical fitness in sedentary, middle-aged women.

There is a large, well-maintained, paved parking lot, and the building is a good example of modern architecture. The building is located on a hillside, and the view from the building is excellent. The building is a good example of modern architecture.

© 2004 John Wiley & Sons, Ltd.

© 2006 The Authors
Journal compilation © 2006 Blackwell Publishing Ltd

444

© 2004 Blackwell Publishing Ltd, *Journal of Internal Medicine* 255: 105–112

Cellular protein

Downloaded from <http://ajphaphapublications.org/> on November 10, 2015



PIKATILIA & BILCZYK 111

For further information on this article, see <http://www.elsevier.com/locate/jmb>. To receive the article free of charge, please contact the journal manager at jmb@elsevier.com.

CONTENT INVENTORY

	Navigácia	Názov stránky	Komentáre	URL
1.0	Domov	Nehraj.sk		https://nehraj.sk
2.0	Testy	Otestujte sa		
2.1	Som hráč?		dotazník, následne vyhodnotenie	https://nehraj.sk/som-hrac2/pred-liecbou/41-patologicky-hrac-ano-alebo-nie.html
2.2	Žijem s hráčom?		dotazník, následne vyhodnotenie	https://nehraj.sk/som-hrac2/268-zijete-s-gamblerom.html
3.0	O nás		príbeh o založení webu, možná podpora	https://nehraj.sk , https://nehraj.sk/dakujeme.html
4.0	Kontakty			https://nehraj.sk/kontakty2.html
4.1	Psychologická pomoc			https://nehraj.sk/kontakty/40-pho-bb.html , https://nehraj.sk/kontakty/361-psychiatricke-oddelenie-fnsp-f-d-roosevelta.html
4.2	Banky		link	https://nehraj.sk/som-hrac2/dizoby.html
4.3	Liečebný ústav		linky	https://nehraj.sk/kontakty/37-olup-predna-hora.html , https://olup-prednahora.sk
4.4	Dlhové poradenstvo		link	https://www.pomahamediznikom.sk
4.5	Obete násillia		linky rozdelené podľa lokality	https://nehraj.sk/kontakty/2-poradne-pre-tyrane-zeny-a-obete-nasilia-aj-gamblerov.html
5.0	Blog			
5.1	Výpovede			
5.1.1	Výpovede hráčov			https://nehraj.sk/som-hrac2/vypovede.html
5.1.2	Výpovede príbuzných			https://nehraj.sk/pribuzni/vypovede-pribuzni.html
5.2	Články (psychológ)			
5.2.1	Pred liečbou			

Naberte kurz

Basic Information

Názov webu: Naberte kurz
Web: nabertekurz.cz
Lokácia: Česká republika
Typ: Nezisková organizácia, centrum

Mission, Values, and Vision Misia, hodnoty a vizio

Posláním *e-terénní práce* je prevence a snižování negativních důsledků plynoucích z hraní hazardních her a s nimi spojeného rizikového chování. Nabízíme pomoc osobám, které se již rizikové chovají, osobám, které jsou tímto chováním ohroženy a osobám jim blízkým. Součástí *e-terénní práce* je pomáhat lidem v těžké životní situaci a řešení jejich problémů v souvislosti s patologickým hraním, podporovat a motivovat konkrétní jedince nebo skupiny ke změně dříve, než by u nich došlo k rozvoji rozsáhlých negativních sociálních, ekonomických, psychologických i zdravotních důsledků.

What's at issue here is the mind they do! And what are the specific, tangible goals they're trying to accomplish?

Core Messaging and An...
Základná komunikácia
a slogany

Parents: Howard Jensen, Heidi Jensen

© 2006 The Authors
Journal compilation © 2006 Blackwell Publishing Ltd

Za preštani rok predati

— qualified labor participants to get better organized and productive (Munich, 1999)

Poskytované služby

- informační servis
- individuální poradenství
- skupinové poradenství
- zprostředkování kontaktu na navazující služby
- pomoc v krizi – telefonní linka
- základní sociální poradenství
- základní duševní poradenství

Marketing and Communi...
marketing a komunikacia

- vizuálna identita je slabšia
- prepisuje sa do farieb z loga
- iný spoločný prvok nie je
- je zjavné, že je robená "po domácky"

†E-mail: James.Saunders@chambers1984.net

© 2011 Blackwell Publishing Ltd *Journal of Internal Medicine* 270: 103–110

© 2004 Blackwell Publishing Ltd *Journal of Internal Medicine* 255: 291–297

Look at all of its public materials from speeches and video made to meetings. If you can't obtain them, take note of the types of content (e.g. blogs, videos, news releases, email newsletters, fundraising letters, social media posts) and requests. Does it have a strong branding identity? Is its content easy to understand?

Zodpovedné hraní

Basic Information

Název webu: Zodpovednehrani
Web: zodpovednehrani.cz
Lokácia: Česká republika
Typ: institút pro regulaci hazardních her +
společnosti podnikající v oblasti hazardních her

– spolupracujú s ďalšími centrami a službami v rámci ČR, jedným z mála, kto má vizuálnu stránku

Mission, Values, and Vision

Projekt nabízí tzv. harm reduction přístup. Tedy prevenci zaměřenou na snižování rizik a minimalizace škod způsobených sobě nebo okolí vítvem nadměrného hraní. Není to zákaz hazardu, ani odsouzení těch, kteří hrají ve volném čase pro zábavu. Ide o to, aby zůstalo o zábavy a hraní hazardních her nepředstavovalo osobní nebo celospolečenský problém. Společnosti podnikající v oblasti hazardních her cítí svou společenskou zodpovědnost, a proto přistoupily k vlastní seberegulaci. V rámci projektu zodpovědného hraní propojíme společensky zodpovědné společnosti, které se podílejí na moderních a cílených nástrojích pomoci a podáváme pomocnou ruku těm, kdo ji potřebují.

Core Messaging and An...
Základná komunikácia
a slogany

Hraal uer wathou fert Hraal zuchtewolchert!

09-06

Vred na sebi. Ikarj odgovoril:

© 2004 Blackwell Publishing Ltd

Poskytované služby
POSKYTOVANÉ SLUŽBY

- informácie o problematike
- telefónna linka
- výskumy a štúdie
- odkazy na dňovú a psychologickú pomoc v rámci ČR

Marketing and Communi...
Marketing a komunikacia

- vizuálna identita je konzistentná medzi soc, sieťami a webom
- prepojuje sa do farieb z loga
- na mrie sú IG príspevky veľmi agresívne
- slabý veľkostný kontrast (všetko veľké), samé kričiaci farby, reviem, na čo sa sústrediť

99. <http://www.fishbase.org>

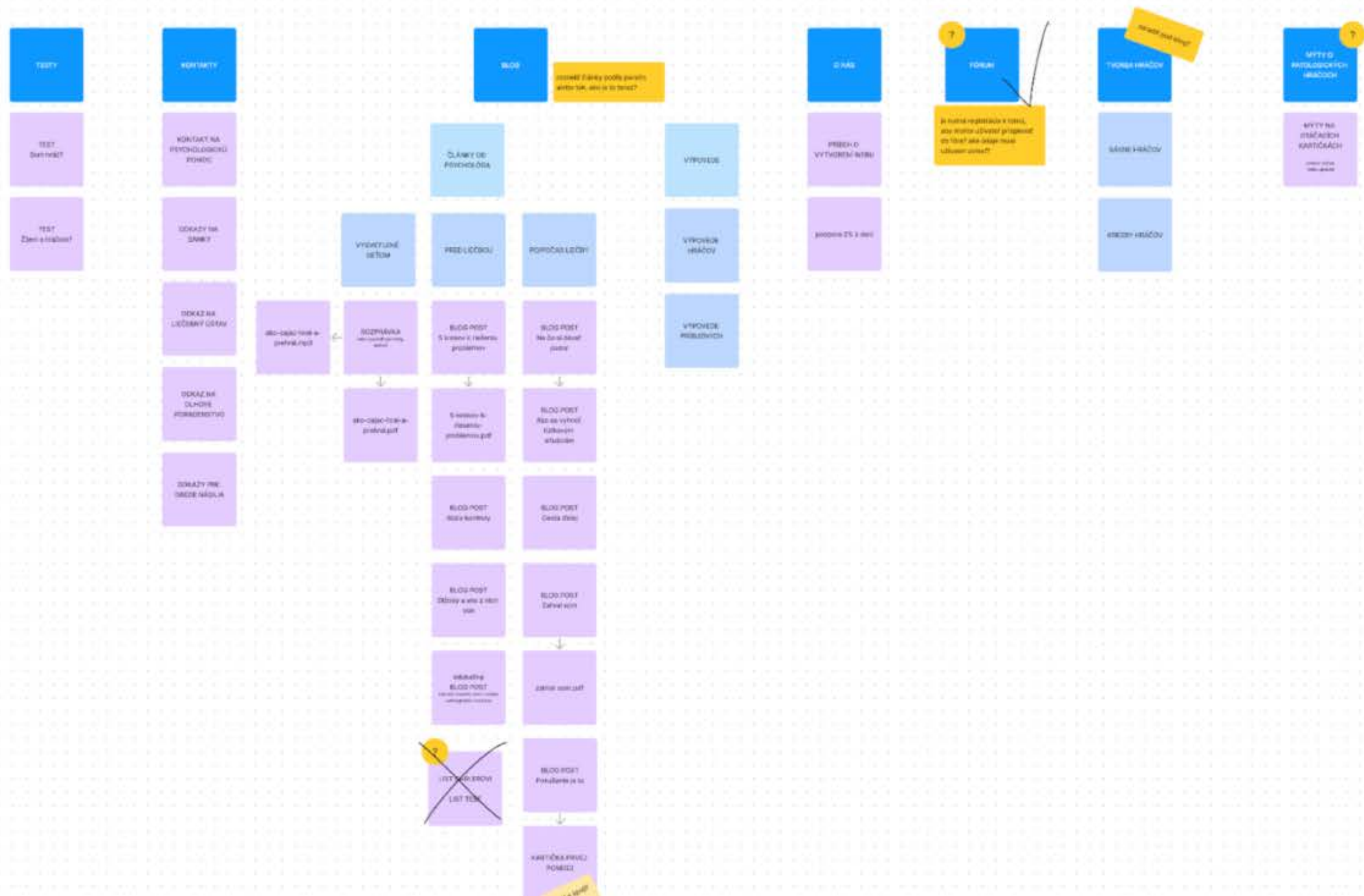
© 2004 Blackwell Publishing Ltd *Journal of Internal Medicine* 255: 105–112

© Customized by *www.pearsoncmg.com*

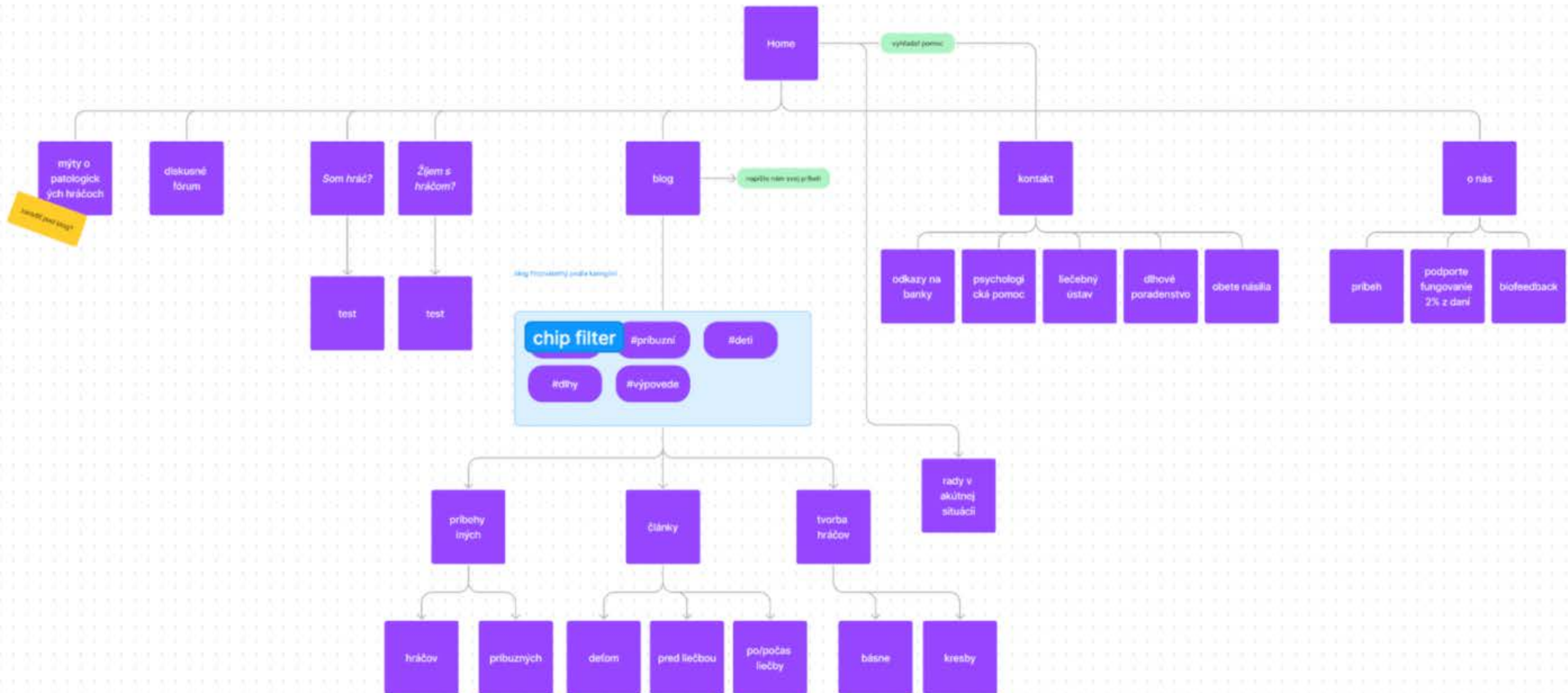
nie sú tam
výpovede iných ľudí
nie je tam disk.
fórum

- What jumped out at you looking at your competitors' materials? Was it compelling, and how so? How do your promotional materials compare?
- Where are your competitors excelling? Do they have strong reports, and are they showing great results? Are they good

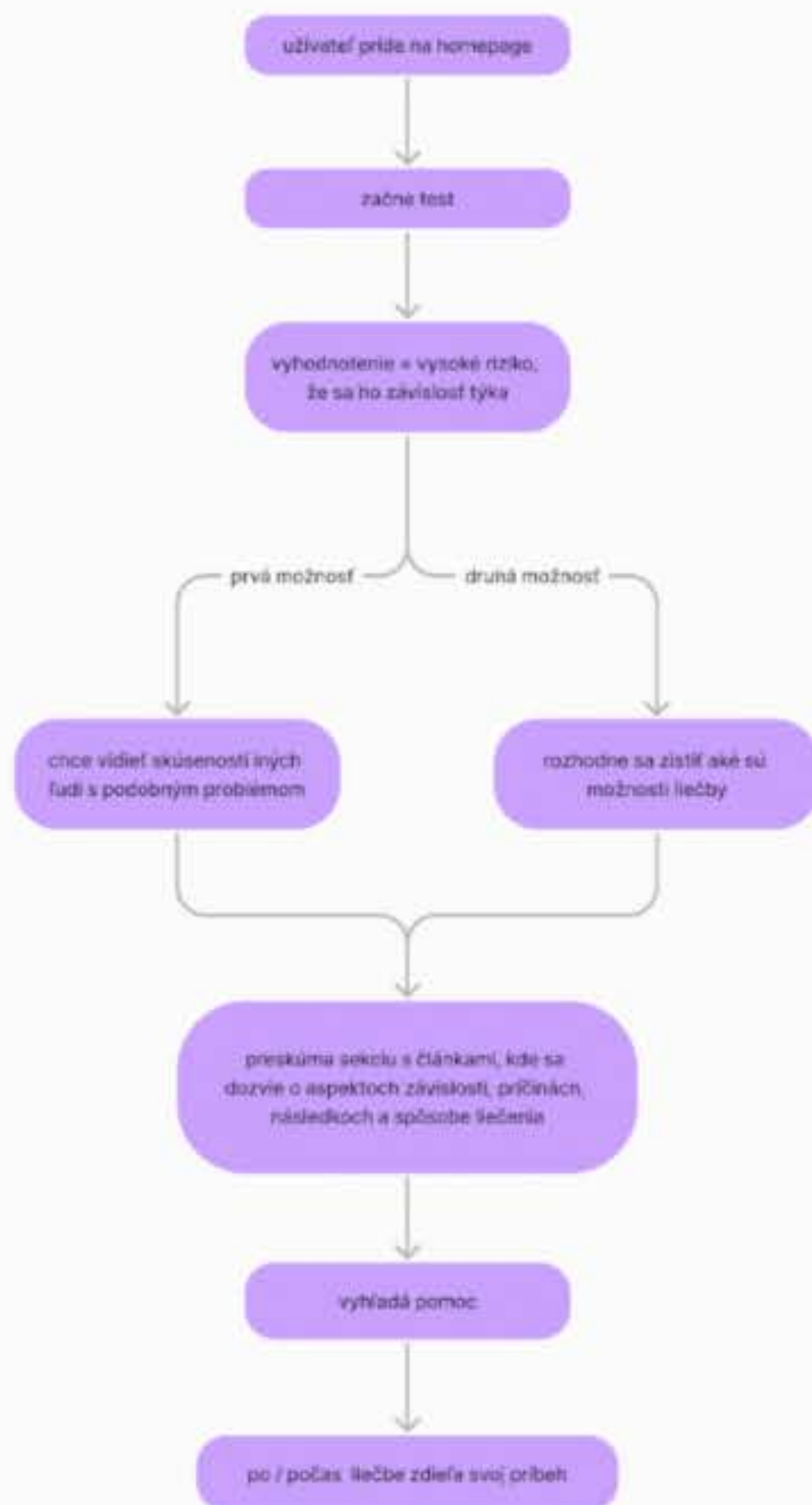
<https://www.interaction-design.org/literature/book/the-encyclopedia-of-human-computer-interaction-2nd-ed/card-sorting>



INFORMAČNÁ ARCHITEKTÚRA



Hráč



Abstinujúci hráč



Príbuzný hráča



