

Begleitdokumentation Erklärbilder

Spielen ohne Sucht bietet Hilfe und Informationen zum Thema Glücksspielsucht für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen.



Spielsucht-helpline
Ligne sos-jeu
Linea sos-gioco

0800 040 080

Was ist Glücksspiel?



Glücks- und Geldspiele sind Spiele, bei denen Geldeinsätze getätigt werden. Gewinne und Verluste sind dabei möglich und hängen vom Zufall ab.

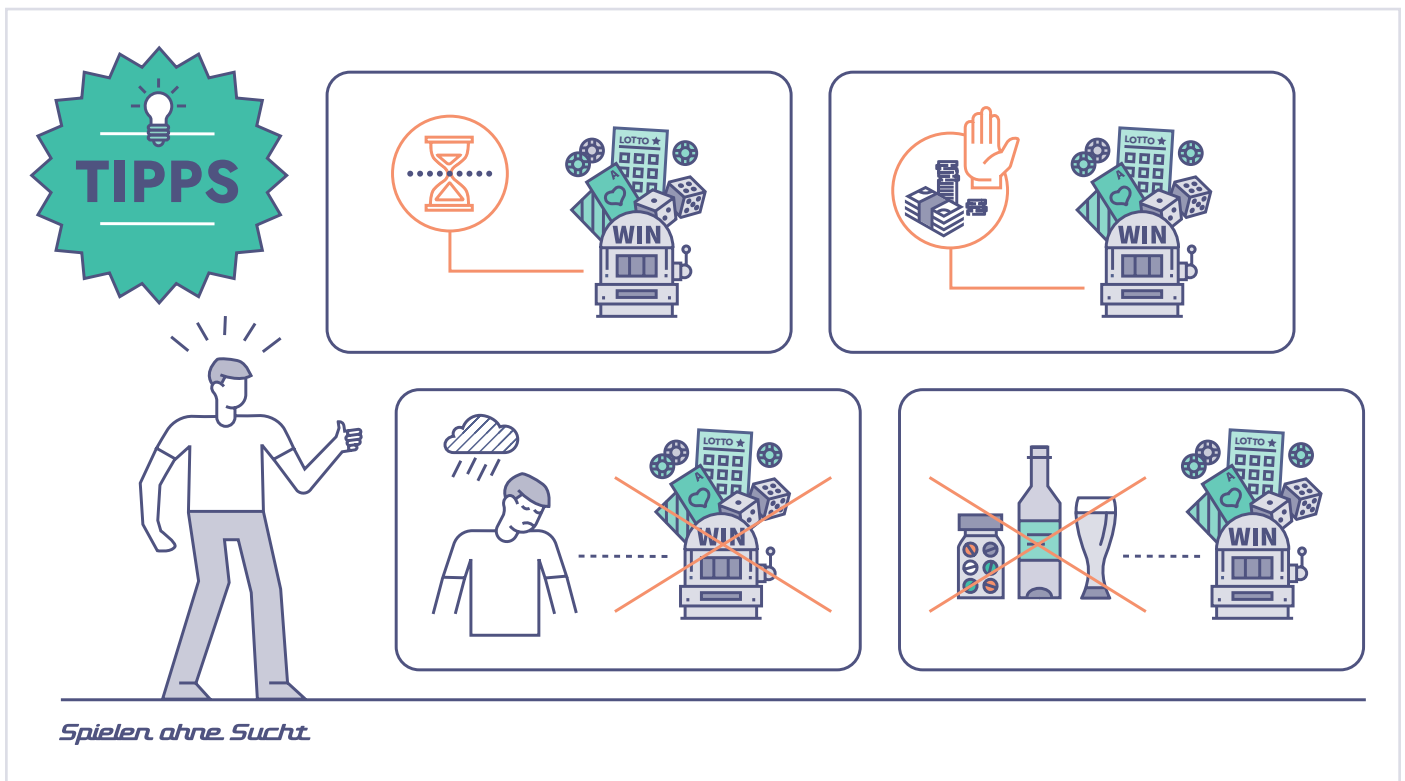
Es gibt verschiedene Arten von Glücksspiel:

- Casinospiele z. B. Roulette, Blackjack (in Casinos oder online)
- Lose und Lotterien an Kiosks (auch online),
- Wetten z. B. auf Pferderennen oder Fussballspiele,
- Oft wird mit einem Gewinn gelockt (schlussendlich profitieren aber die Anbieter)

Weiterführende Informationen:

www.sos-spielsucht.ch/de/wissen/gluecksspiel

Tipps (verantwortungsvolles Spielen)



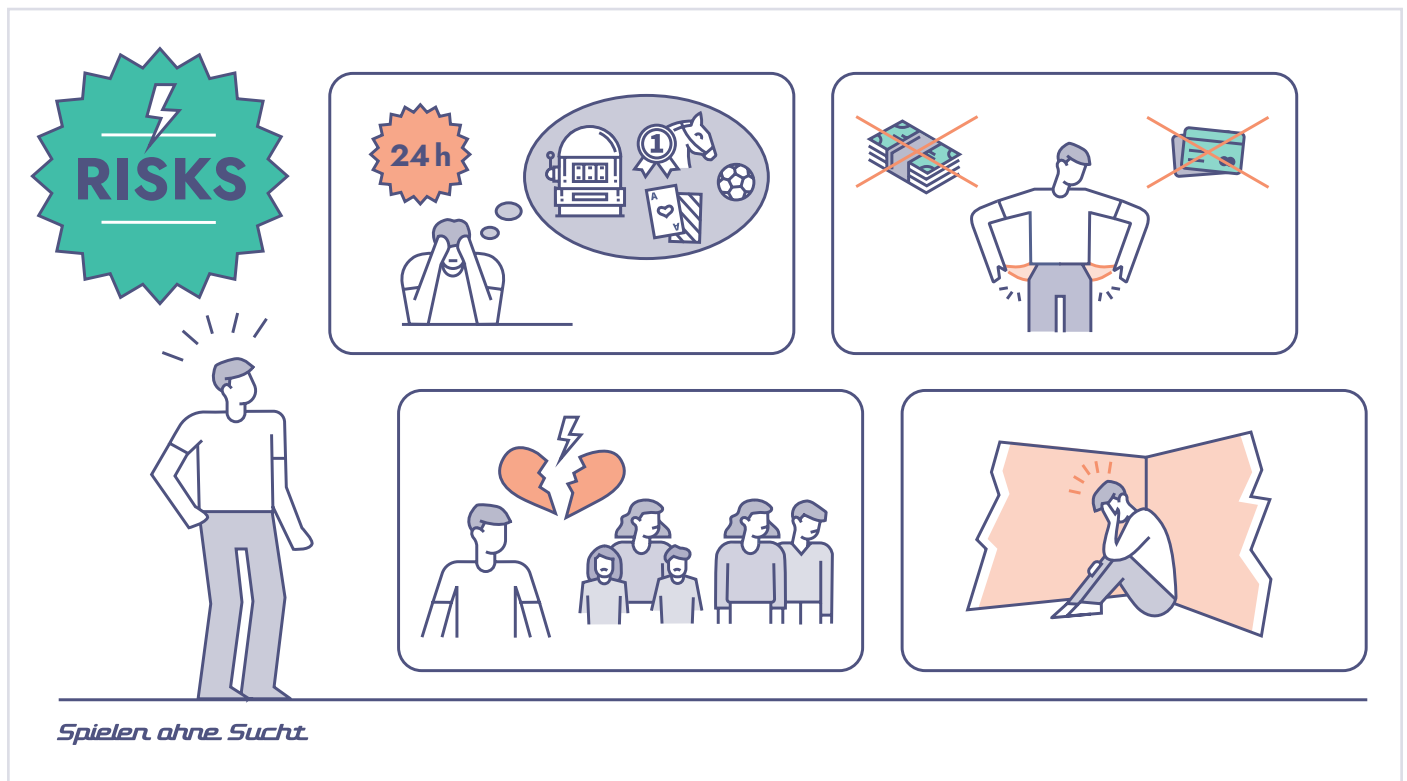
Wie kann verantwortungsvolles/massvolles Spielen gelingen?

- Zeitlimit setzen
- Geldlimit setzen
- Nicht spielen, wenn es einem schlecht geht oder es Probleme gibt (in schwierigen Lebenssituationen als Ablenkung)
- Nicht unter Einfluss von Drogen oder Alkohol spielen

Weitere Tipps:

www.sos-spielsucht.ch/de/spielsucht/verantwortungsvoll-spielen

Risiken (die aus exzessivem Glücksspiel entstehen können)



Problematisches Spielverhalten kann alle Lebensbereiche eines Betroffenen beeinträchtigen. Beispiele dafür sind:

- Ständige Gedanken ans Spielen (24/7)
Andere Interessen rücken in den Hintergrund
- Finanzielle Verluste und Verschuldung
- Probleme (Streit, Unverständnis, Lügen) im sozialen Umfeld:
in der Familie, mit Freunden und /oder bei der Arbeit
- Sozialer Rückzug, Einsamkeit und Isolation

Weitere Informationen:

www.sos-spielsucht.ch/de/spielsucht/erkennungsmerkmale-und-folgen

Hilfsmöglichkeiten/-angebote



Hilfsangebote: Bei Glücksspielsucht, exzessivem Spielverhalten, Sorge um sich selbst oder Angehörige, gibt es Möglichkeiten, etwas zu unternehmen.

- Telefonberatungen, online Selbsthilfetool und Informationen, Angebote sind online, per Mail, Chat oder Telefon [zugänglich](#)
- [Schuldenberatung](#)
- Darüber sprechen – [Beratungsstelle](#) (kostenlos)
– Das Thema mit einer Vertrauensperson [ansprechen](#)
- Spielsperren, für sich selbst oder Angehörige

Für Gespräche in Beratungsstellen können auch ÜbersetzerInnen beigezogen werden.

Weitere Informationen unter:

www.sos-spielsucht.ch/de/was-tun-bei-spielsucht

Spielen ohne Sucht ist ein interkantonales Glücksspielsuchtpräventions-Programm im Auftrag von 16 Kantonen und dem Fürstentum Liechtenstein.



Spielsucht-helpline
Ligne sos-jeu
Linea sos-gioco

0800 040 080