

Spiele Sie gerne Glücksspiele?

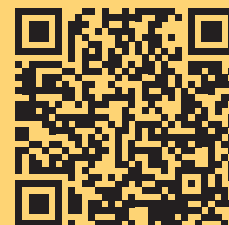
Glücksspiele gibt es schon lange und sie üben schon immer einen grossen Reiz auf die Menschen aus. Heute trifft man sie überall als Lotteriespiele und Lose, als Sportwetten, im Internet und in realen Casinos, in Games und sogar an der Börse. Doch nicht für alle Menschen bleibt das Glücksspiel ein unproblematischer Zeitvertreib.

So behalten Sie die Kontrolle über Ihr Spielverhalten:

- Nehmen Sie nur Bargeld zum Spielen und hören Sie auf, wenn dieses verspielt ist. Leihen Sie sich nie Geld.
- Stellen Sie Ihre Familie, Freunde und Arbeit immer vor das Glücksspiel.
- Spielen Sie nicht, wenn es Ihnen schlecht geht oder Sie Probleme haben.
- Spielen Sie nicht alleine.
- Versuchen Sie nicht, verspieltes Geld durch neue Spieleinsätze wieder zurück-zuholen.
- Halten Sie sich vor Augen, dass nur die Anbieter mit Glücksspielen Geld verdienen.

Ist Ihr Spielverhalten problematisch?
Finden Sie es beim Selbsttest heraus!

www.suchtpraevention-aargau.ch/selbsttest-gluecksspiel



Ist das Glücksspiel für Sie nur ein vorübergehender Kick, der schnell verblasst? Macht es Ihnen eigentlich gar keinen Spass mehr? Dann füllen Sie die Karte aus und nehmen diese hervor, wenn es Sie zum Spiel zieht.

Ich denke JETZT an:
(meine Kinder, meine Familie, meinen Lebensraum ...)

Ich melde mich JETZT bei:

Statt Glücksspiele mache ich JETZT
(Sport, Musik hören, Spaziergang, Freunde treffen ...)

**Es zieht mich zum Glücksspiel.
Bevor ich Geld für das Spiel
ausgebe, überlege ich mir JETZT:**

Spielsucht Helpline 0800 040 080
Suchtberatung ags 062 837 60 40
BZBplus Suchtberatung 056 200 55 77

Vermuten Sie problematisches Glücksspiel in Ihrem Umfeld?

Glücksspielsucht ist eine Krankheit, die sich über Jahre unauffällig entwickelt. Die Ursachen sind vielfältig und haben zu tun mit der Persönlichkeit, dem sozialen Umfeld sowie der Art des Glücksspiels.

Man spricht von einer verborgenen Sucht, da es Betroffenen gelingt, ihre Abhängigkeitserkrankung geheim zu halten. Das ist auch anstrengend. Spieler und Spielerinnen sind erleichtert, wenn sie das Schweigen brechen und eine Vertrauensperson einweihen können. Aus Angst vor der Reaktion der Angehörigen, schrecken sie oft davor zurück.

Mit jemandem über das Glücksspiel zu sprechen hilft, Lösungen zu finden. Spieler und Spielerinnen hilft es, wenn sie die ersten Schritte aus der Glücksspielsucht nicht alleine tun müssen. Als nahestehende Person können Sie beispielsweise anbieten, Betroffene zum ersten Termin in einer Sucht- oder Schuldenberatung zu begleiten.

Geben Sie Unterstützung und sprechen Sie das Thema an:

- Denken Sie daran: Glücksspielsucht ist eine Krankheit. Es kann jeden treffen.
- Verzichten Sie auf Vorwürfe oder Druck. Äussern Sie Ihre Ängste und Sorgen um die Person.
- Bieten Sie Unterstützung an und vereinbaren Sie einen konkreten nächsten Schritt.
- Belassen Sie die Verantwortung bei der betroffenen Person und lassen Sie sich von einer Fachperson beraten.