



SOS-Spielsucht ist ein gemeinsames Angebot von 16 Kantonen zur Verhinderung oder Reduktion von Problemen im Zusammenhang mit dem Glücksspiel.

#### Ziele von SOS-Spielsucht

- Aufklärung der Bevölkerung über die Risiken des Glücksspiels
- Aufzeigen von frühzeitigen Unterstützungsmöglichkeiten

#### Unser Angebot ist kostenlos und anonym

- Erstberatung über Helpline 0800 040 080  
– rund um die Uhr
- Online-Beratung über [www.sos-spielsucht.ch](http://www.sos-spielsucht.ch)  
– Antwort innerhalb von 3 Arbeitstagen

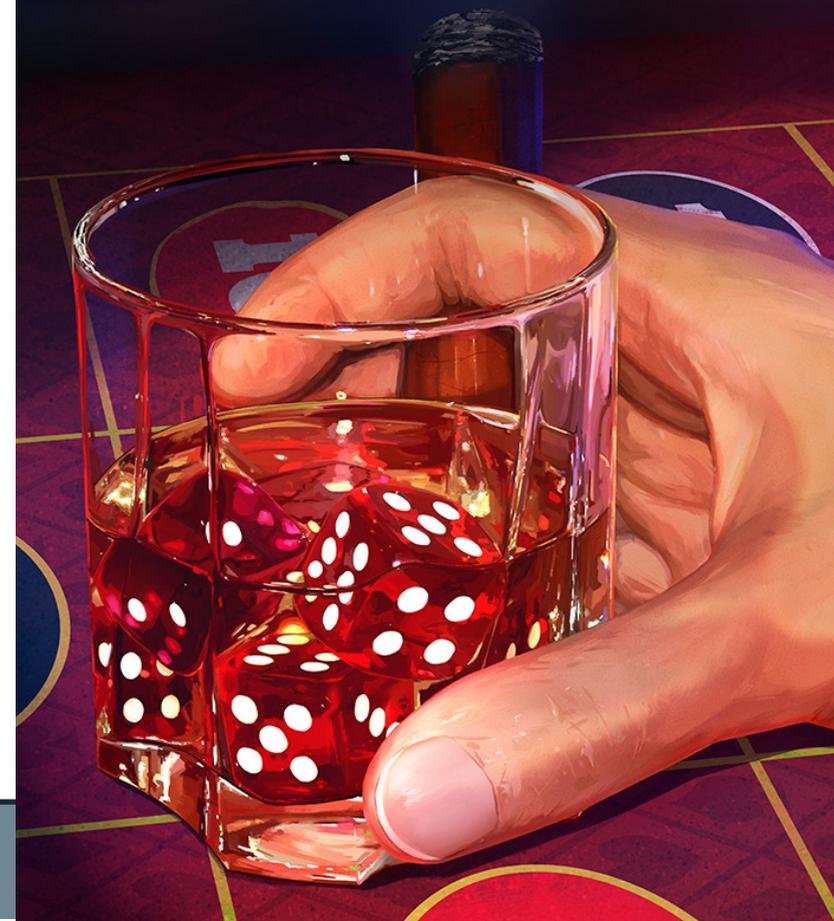
#### Unterstützung vor Ort

- Jeder Kanton bietet Fachberatung zum Thema Glücksspiel an
- Im persönlichen Gespräch und unter Einhaltung der Schweigepflicht
- Für Betroffene und Angehörige

Die Adressen der kantonalen Fachstellen für Glücksspiel- und Schuldenberatung finden Sie unter [www.sos-spielsucht.ch](http://www.sos-spielsucht.ch)

# *Spielen ohne Sucht*

Helpline 0800 040 080  
[www.sos-spielsucht.ch](http://www.sos-spielsucht.ch)



## SOS-Spielsucht bietet Hilfe – gratis und anonym!

### Kostenlose Beratung

- Haben Sie Fragen zum Thema Glücksspiel?
- Haben Sie selbst oder jemand aus Ihrem Umfeld Probleme mit dem Glücksspiel?
- Dann rufen Sie uns an!  
Helpline 0800 040 080 – gratis und anonym

### Was ist Glücksspiel?

- Das Spielergebnis ist vom Zufall abhängig
- Es wird um Geld gespielt

### Welches sind Glücksspiele?

Roulette | Poker | Geldspielautomaten | Würfelspiele |  
Lotto | Wetten | Rubellose | Kartenspiele | Tombola |  
Fernsehshows mit Ratespielen und Bargewinnen |  
kurzfristige Börsengeschäfte

### Was ist das Verhängnisvolle beim Glücksspiel?

- Die Hoffnung auf den grossen Gewinn
- Das Gefühl, den Spielverlauf kontrollieren zu können
- Fastgewinne, welche zum Weiterspielen motivieren
- Der Glaube, mit Glücksspiel seinen Lebensunterhalt verdienen zu können
- Der Wille, Spielverluste durch Weiterspielen auszugleichen
- Das Erleben positiver Gefühle und von Problemen abschalten können

### Mögliche Anzeichen einer Glücksspielproblematik

- Immer häufigeres und längeres Spielen
- Erhöhung der Einsätze
- Die Gedanken kreisen um das Glücksspiel
- Vertuschen des Ausmasses der Spieltätigkeit und der Spielverluste
- Rechnungen werden nicht bezahlt, Darlehen und Kredite werden aufgenommen
- Vernachlässigung von Freizeitaktivitäten
- Vernachlässigung persönlicher Beziehungen
- Stress: Körperliche und psychische Beschwerden

### Mögliche Folgen einer Glücksspielproblematik

- Finanzielle Schwierigkeiten bis hin zu grosser Verschuldung
- Verlust von Partnerschaft, Familie, Arbeit, Freunden
- Beschaffungskriminalität (Diebstahl, etc.)
- Zusätzliche Suchtentwicklung (z.B. Alkohol, Tabak, Medikamente)
- Persönlichkeitsveränderungen (Reizbarkeit, Aggressivität, sozialer Rückzug, Realitätsverlust)
- Gesundheitliche Beschwerden (z.B. Magen-Darmprobleme, Schlafstörungen)

### Selbsttest

- 1. Frage:** Haben Sie beim Spielen das Bedürfnis verspürt, immer mehr Geld einzusetzen?
- 2. Frage:** Haben Sie gegenüber Menschen, die Ihnen wichtig sind oder waren, über das Ausmass Ihres Spielens gelogen?

**Wenn Sie eine oder beide Fragen mit Ja beantwortet haben, dann könnte eine Glücksspielproblematik vorliegen.**