

## SHZ AUSSENSTELLE KAPPELN

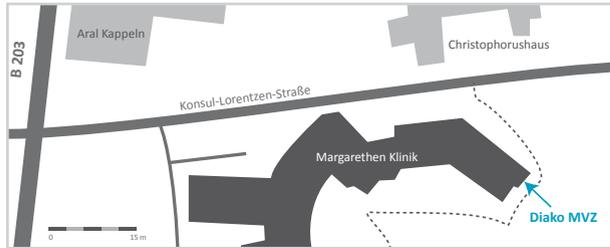
MVZ Kappeln (Hintereingang!)

Konsul-Lorentzen-Str. 3

24376 Kappeln

**Offene Sprechstunde Kappeln**

Dienstag: 16:00-17:00 Uhr



## SHZ AUSSENSTELLE SATRUP

Kulturzentrum „Alte Schule“  
(Eingang rechts R 211)

Flensburger Str. 4

24986 Satrup

**Offene Sprechstunde Satrup**

Mittwoch: 16:00-17:00



## DER WEG ZU UNS – EINFACH UND DIREKT

Gerne informieren wir Sie in einem persönlichen Gespräch zu der für Sie am besten geeigneten Unterstützungsform. Kommen Sie doch einfach vorbei – ohne Termin – zu den offenen Sprechstunden.

## SHZ SCHLESWIG

Suchthilfezentrum Schleswig

Suadicanistr. 45

24837 Schleswig

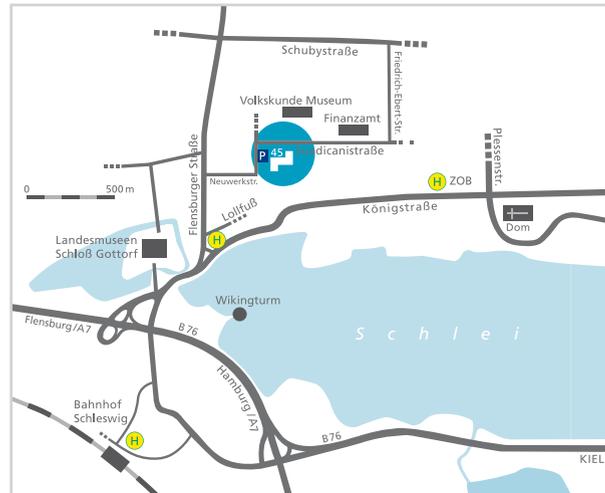
Telefon: 04621-486 10 Fax: 04621-486 129

[info.sl@diako.de](mailto:info.sl@diako.de)

**Offene Sprechstunden Schleswig**

Dienstag: 17:30 - 18:30 Uhr

Freitag: 9:00 - 10:00 Uhr



Mehr Informationen unter

[www.suchthilfezentrum-sl.de](http://www.suchthilfezentrum-sl.de) [www.diako-nf.de](http://www.diako-nf.de)

Quelle der Fotos bei fotolia.de: #45455228, Calado | #53517071, ag visuell | #61867717, Gina Sanders | #15182723, Alterfalter | #109418241, Pavlo Vakhrushev | #129447712, Aleksandr Simonov

# GLÜCK VERSPIELT?

WENN GLÜCKSSPIEL LEIDEN SCHAFFT...



**SUCHTHILFEZENTRUM SCHLESWIG  
FACHSTELLE FÜR GLÜCKSSPIELSUCHT**

**DIAKO**

„EIN NEUER WEG IST IMMER EIN WAGNIS. ABER WENN WIR DEN MUT HABEN LOSZUGEHEN, DANN IST JEDES STOLPERN UND JEDER FEHLTRITT EIN SIEG ÜBER UNSERE ÄNGSTE, UNSERE ZWEIFEL UND BEDENKEN!“

DEMOKRIT – GRIECHISCHER PHILOSOPH



## WENN „OHNE“ NICHT MEHR GEHT!

Viele Menschen finden Geld- und Glücksspiele faszinierend. Dazu gehören verschiedene Varianten wie Geldspielautomaten, Poker, Roulette, Lotto-Toto, (Sport-) Wetten und diverse Glücksspiele auch im Internet.

### Aber was ist, wenn

- das Spielverhalten zunehmend Leiden schafft und das Glück offenbar verspielt ist?
- der Geldmangel anfängt, den Alltag zu bestimmen?
- Partner, Familie und Freunde immer mehr belogen werden?
- kaum noch Zeit bleibt für Familie, Freunde und andere Interessen?

### ...und der Druck mehr und mehr wächst und zunehmend ihr Leben dominiert?

Sprechen Sie mit uns, wir beraten Sie gern!

Wagen Sie den ersten mutigen Schritt zur Neuorientierung – wir unterstützen Sie dabei!

**Unkompliziert – Persönlich – Vertraulich!**

## SELBST-TEST

Zur Überprüfung und realistischen Einschätzung Ihres Glücksspielverhaltens gibt dieser Test erste Hinweise. Welche der folgenden Aussagen haben Sie bei sich schon beobachtet?

- Ich habe schon länger gespielt bzw. weitaus mehr Geld verspielt, als ich mir anfangs vorgenommen hatte.
- Sobald ich Geld (und Zeit) habe, verspüre ich einen Drang zum Spielen.
- Meine Einsätze und mein Zeitaufwand haben sich im Laufe der Zeit gesteigert.
- Ich spiele, wenn möglich, mehrere Glücksspiele, z.B. Geldspielautomaten, Sportwetten o.ä., gleichzeitig.
- Ich fühle mich unruhig, gereizt oder aggressiv, wenn ich nicht spielen kann.
- Ich denke häufiger ans Spielen.
- Ich habe schon einmal an Möglichkeiten ungesetzlicher Finanzierung gedacht oder mir schon unrechtmäßig Geld beschafft.
- Ich habe mir schon Geld geliehen, um spielen zu können.
- Ich habe in Zusammenhang mit dem Spielen schon einen Kredit aufgenommen.
- Ich habe schon einmal meine Arbeit oder andere Verpflichtungen wegen des Spielens versäumt.
- Ich habe schon Eigentum verkauft, um spielen zu können.

- Wegen des Spielens gab es in der Familie und Partnerschaft bereits Konflikte und Verstimmungen.
- Ich versuche, meinen Spielverlust sofort wieder zurückzugewinnen.
- Wenn ich gewinne, spiele ich meist weiter, um noch mehr zu gewinnen.
- Ich verheimliche das Ausmaß meines Spielens und die Höhe der Verluste.
- Ich habe schon solange gespielt, bis ich kein Geld mehr hatte.
- Ich spiele weiter, obwohl ich spüre, dass ich mich selbst und andere schädige.
- Ich habe schon gespielt, um Sorgen, Ärger, Frustrationen zu vergessen und um mich „besser“ zu fühlen.
- Ich hatte wegen des Spielens schon Selbstmordgedanken.
- Ich bin trotz fester Absichten, nicht zu spielen, wieder rückfällig geworden.

**Wenn Sie 3 oder mehr dieser Aussagen mit „Ja“ beantwortet haben, sollten Sie Kontakt zum Suchtzentrum Schleswig aufnehmen.**

Dort können Sie sich unverbindlich, kostenlos und auf Wunsch auch anonym beraten lassen und im Gespräch Ihr Spielverhalten überprüfen.