

## Wann ist Sensibilität gefragt?

- Wenn jemand plötzlich seine Arbeit und seine sozialen Kontakte vernachlässigt.
- Wenn sich jemand häufiger Geld leiht.
- Wenn das Gefühl entsteht, es wird etwas verheimlicht.

Wem diese Indizien bei einem vertrauten Menschen auffallen, der sollte handeln. Bei Beratungsstellen sind Informationen zu erhalten, auch Angehörige können sich dort Hilfe holen. Dem Betroffenen seine Hilfe anzubieten, kann der erste Schritt aus einer Abhängigkeit sein. Wer dazu bereit ist, sollte klare Grenzen setzen und kein Geld leihen, sondern den Weg in eine professionelle Beratung aufzeigen.

## Selbstverantwortung übernehmen!

Jeder kann selbst aktiv dazu beitragen, dass Spielen für ihn nicht zum Problem wird. Mit einigen Regeln bleibt Spielen was es ist – ein prickelndes Erlebnis!

### • Die Bodenhaftung behalten!

Auch wenn der Traum vom großen Gewinn verlockend ist, ist es falsch, fest mit ihm zu rechnen! Gewinne sollten niemals für den alltäglichen Unterhalt eingeplant werden.

### • Grenzen setzen!

Wer den Spieleinsatz vor Spielbeginn festlegt, definiert damit auch den maximalen Verlust. Es macht stark, davon nicht abzuweichen.

### • Einen klaren Kopf und die Zügel in der Hand behalten!

Alkohol und Medikamente fördern Unbedachtheit; Müdigkeit, Frust und Stress stehen dem klaren Denken entgegen. Es ist besser, das Spielen unter solchen Umständen zu vermeiden.

Ihre LOTTO Annahmestelle berät Sie gern:

Lotterie-Treuhandgesellschaft mbH Thüringen  
Fröhliche-Mann-Straße 3b · 98528 Suhl  
[www.thueringenlotto.de](http://www.thueringenlotto.de)

## Glücksspiel soll Freude bringen – lassen Sie es nicht zum Zwang werden!

### Telefonische Beratung

Beratungstelefon Glücksspielsucht der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) **01801-37 27 00**  
(zzt. 3,9 Cent pro Minute entsprechend gültiger Gebührenordnung)

von Montag bis Donnerstag 10.00 – 22.00 Uhr,  
Freitag bis Sonntag 10.00 – 18.00 Uhr

### Internet

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)  
[www.spielen-mit-verantwortung.de](http://www.spielen-mit-verantwortung.de)

Die Beratung ist kostenlos und auf Wunsch anonym.

LOTTO Thüringen informiert

# Spiel und Spaß mit Sicherheit

## Informationen zu Glücksspiel und Suchtgefahr



**Lotto  
Toto  
THÜRINGEN**

Spielen ist ein wichtiger Bestandteil des Lebens. Kinder und Jugendliche lernen durch das Spielen ihre Umwelt besser zu begreifen und zu verstehen. Im Spiel machen sie sich mit fremden Dingen, Menschen oder Ereignissen vertraut. Dabei kommen alle Sinne zum Einsatz. Durch dieses Erproben entsteht Erfahrung und diese wird mit bereits vorhandenem Wissen verknüpft.

Auch als Erwachsener bleibt die Faszination für das spielerische Experimentieren, Erkunden und Riskieren im Spiel erhalten. Wir spielen ohne bewussten Zweck – einfach zur Entspannung, aus Freude und Geselligkeit. Im Spiel tauchen wir in eine spannende Welt ein, in der vieles möglich erscheint. Mit der Entscheidung für das Glücksspiel geben wir unseren Träumen eine Chance, sie im Falle des Gewinns auch mit dem nötigen finanziellen Freiraum zu verwirklichen.

### Glücksspielsucht – Wann wird aus Spiel Ernst?

Bei aller Freude am Spiel gibt es aber auch Schattenseiten. Probleme können sich ergeben, wenn Spieldgaben deutlich höher ausfallen, als normalerweise für Freizeitspaß ausgegeben wird oder wenn der Unterhalt der Familie gefährdet ist. Also immer dann, wenn über die eigenen Verhältnisse gespielt wird. Gefahren lauern auch, wenn die Gedanken nur noch um das nächste Spiel kreisen und verdrängt wird, dass das Glück im Spiel vom Zufall abhängt. Wer ins Spiel seine Zeit und Energie steckt und deshalb Ausbildung, Beruf und soziale Kontakte vernachlässigt, ist ebenfalls gefährdet. Spielen darf deshalb nicht zum alles bestimmenden Kern unseres Lebens werden.

Da Spielsucht weit reichende Folgen für den Betroffenen nach sich ziehen kann, sind Probleme mit dem Glücksspiel ernst zu nehmen. Nur so können die negativen Folgen des ausufernden Spiels verhindert und frühzeitig Hilfsangebote genutzt werden.

### Gefährdung erkennen - Selbstüberprüfung

Spielsucht entwickelt sich langsam. Deshalb ist es gar nicht so einfach zu erkennen, ob jemand davon betroffen ist. Es gibt jedoch einige Anhaltspunkte, die helfen können, Probleme mit dem Spielen zu erkennen.

**Mit der Beantwortung der nebenstehenden Fragen ist es jedem möglich, das persönliche Risiko einer sich entwickelnden oder bereits vorhandenen Spielsucht einzuschätzen.**

### Wer kann helfen?

Von der Spielsucht Betroffene haben häufig Schwierigkeiten, etwas an ihrem Verhalten zu ändern oder von sich aus Hilfe in Anspruch zu nehmen. Hier sind Lebenspartner, Arbeitskollegen oder Freunde gefordert. Denn sie können den Betroffenen frühzeitig Unterstützung bei der Bewältigung ihrer Glücksspielsucht anbieten.

---

Seit vielen Jahren können die Thüringer an LOTTO, TOTO, ODDSET, GlücksSpirale und anderen Lotterien teilnehmen. LOTTO Thüringen bietet dieses Freizeitvergnügen im Auftrag des Freistaates Thüringen sicher, seriös, verantwortungsbewusst und transparent an. Dazu gehört es auch, Maßnahmen zu ergreifen, die die Entwicklung eines abhängigen Spielverhaltens verhindern.

Lotterie-Treuhandgesellschaft mbH Thüringen  
Fröhliche-Mann-Straße 3 b 98528 Suhl  
[www.thueringenlotto.de](http://www.thueringenlotto.de)  
[www.spielen-mit-verantwortung.de](http://www.spielen-mit-verantwortung.de)

		Ja	Nein
1.	Schaffen Sie es nicht, das Glücksspiel über einen längeren Zeitraum einzustellen, obwohl Sie es sich ausdrücklich vorgenommen haben?		
2.	Verspielen Sie mehr Geld als geplant?		
3.	Empfinden Sie das Bedürfnis, Verluste schnellst möglich wieder zurück zu gewinnen?		
4.	Setzen Sie Gewinne sofort wieder ein, um noch mehr zu gewinnen?		
5.	Leihen Sie sich Geld, um zu spielen - oder verspielen Sie Geld, das Ihnen nicht gehört?		
6.	Haben Sie nach dem Spielen ein schlechtes Gewissen?		
7.	Verheimlichen Sie Ihren Angehörigen und Freunden das tatsächliche Ausmaß Ihrer Spieleinsätze bzw. Verluste oder das Spielen überhaupt?		
8.	Vernachlässigen Sie wegen des Spiels Ihre sozialen Kontakte?		
9.	Wurden Sie bereits von anderen wegen Ihres Glücksspielverhaltens kritisiert?		
10.	Leidet Ihre Arbeitszeit, Ihre Ausbildung oder Ihr Studium unter dem Glücksspiel?		
11.	Beschäftigen Sie sich gedanklich intensiv mit dem Glücksspiel und werden schnell unruhig, wenn Sie keine Gelegenheit zum Spielen haben?		
12.	Erkennen Sie, dass Sie sich selbst - und anderen - Schaden zufügen und spielen trotzdem weiter?		

Je mehr Fragen mit „Ja“ beantwortet wurden, desto eher sollte der Kontakt zur Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (umseitig) oder zu einer Beratungseinrichtung örtlicher Träger hergestellt werden.