

## Français

### Quand le jeu devient un problème...

#### Informations destinées aux personnes issues de l'immigration

Etes-vous fasciné par les jeux de hasard? Vous aimez jouer sur les machines à sous dans des établissements de jeu, les cafés et snack-bars ou aimez-vous les paris sportifs?

Vous appréciez la distraction et les sensations fortes que procurent ces jeux?

Est-ce que le fait de ne pas savoir comment le jeu va finir vous stimule? Espérez-vous gagner un jour le gros lot?

#### Du jeu de hasard au problème avec le jeu

Ce qui prime au début, c'est avant tout le plaisir de jouer, le suspense et la distraction. Cependant, les premiers gains d'argent *peuvent* provoquer le désir impérieux de toujours vouloir revivre ces sensations. Quant aux pertes, elles incitent à continuer à jouer pour récupérer l'argent perdu! A un moment donné, on joue sans arrêt et peu à peu, on perd le contrôle de son comportement de jeu.

Parallèlement, on refoule les conséquences négatives sur la famille, les relations sociales et le travail. Avec le temps, le plaisir procuré initialement par les jeux de hasard se transforme en un comportement de jeu problématique, pouvant aller jusqu'à la dépendance aux jeux de hasard.

## Französisch

### Wenn das Glücksspiel zum Problem wird ...

#### Informationen für Menschen mit Migrationshintergrund

Sind Sie fasziniert von Glücksspielen? Spielen Sie gerne z.B. an Geldspielautomaten in Spielhallen, Teestuben und Imbissen oder aber Sportwetten?

Genießen Sie die Abwechslung und den besonderen Nervenkitzel, den diese Spiele liefern?

Reizt es Sie auch, nicht zu wissen, wie das Spiel ausgeht, und hoffen Sie darauf, einmal der große Gewinner zu sein?

#### Vom Glücksspiel zum Problemspiel

Zu Beginn stehen Spaß, Spannung und kurzweiliges Vergnügen im Vordergrund. Nach anfänglichen Geldgewinnen *kann* sich daraus jedoch das Verlangen entwickeln, diese Gefühle immer wieder erleben zu wollen. Verluste dagegen rufen den Gedanken hervor, weiterspielen zu müssen, um sich das verlorene Geld zurückzuholen! Irgendwann spielt man immer weiter und verliert nach und nach die Kontrolle über sein Spielverhalten.

Parallel werden negative familiäre, soziale und berufliche Folgen verdrängt. Aus anfänglicher Freude am Glücksspiel ist mit der Zeit ein problematisches Spielverhalten entstanden, das bis zur Glücksspielsucht führen kann.

En Allemagne, la dépendance aux jeux de hasard est une maladie reconnue. Ce n'est pas un signe de faiblesse de caractère. Environ 300 000 joueurs de tout âge, de tous niveaux de formation et de toute appartenance culturelle ont un problème avec le jeu.

Glücksspielsucht ist in Deutschland als Krankheit anerkannt. Sie ist *kein* Zeichen von Charakterschwäche. Es gibt hier ca. 300.000 Problemspieler, die aus allen Altersgruppen, Bildungsschichten und Kulturkreisen stammen.

### Auto-test: Comment déceler si je suis dépendant du jeu de hasard ?

- ▶ Est-ce que vos pensées tournent sans arrêt autour du jeu de hasard?
- ▶ Jouez-vous de plus en plus souvent ou misez-vous de plus en plus d'argent?
- ▶ Etes-vous agité ou nerveux quand vous n'avez pas la possibilité de jouer?
- ▶ Profitez-vous du jeu de hasard pour oublier les ennuis ou le stress?
- ▶ Avez-vous déjà tenté une fois d'arrêter de jouer sans succès?
- ▶ Jouez-vous pour compenser vos pertes par un gain élevé?
- ▶ Cachez-vous à votre famille ou à vos amis que vous jouez aux jeux de hasard?
- ▶ Avez-vous continué à jouer malgré les difficultés financières ou les problèmes avec votre famille?
- ▶ Avez-vous demandé à votre famille / à vos amis de vous prêter de l'argent pour des jeux de hasard ou de prendre vos dettes en charge?

*Si vous avez répondu «oui» à aux moins deux de ces questions, cela pourrait signifier que votre comportement de jeu est risqué.*

→ **Prenez cette situation au sérieux, agissez et informez-vous plus en détails!**

### Selbsttest: Woran erkenne ich, dass ich glücksspielsüchtig bin?

- ▶ Drehen sich Ihre Gedanken immer nur um das Glücksspiel?
- ▶ Spielen Sie immer häufiger oder setzen Sie zunehmend mehr Geld ein?
- ▶ Werden Sie unruhig oder gereizt, wenn Sie keine Möglichkeit zum Spielen haben?
- ▶ Nutzen Sie das Glücksspiel, um sich von Ärger oder Stress abzulenken?
- ▶ Haben Sie schon einmal erfolglos versucht, mit dem Spielen aufzuhören?
- ▶ Spielen Sie, um mit einem hohen Gewinn ihre Verluste auszugleichen?
- ▶ Verheimlichen Sie Ihrer Familie oder Freunden, dass Sie an Glücksspielen teilnehmen?
- ▶ Haben Sie trotz finanzieller Schwierigkeiten oder Problemen mit Ihrer Familie weitergespielt?
- ▶ Haben Sie Ihre Familie/Freunde gebeten, Geld für Glücksspiele zu leihen oder Ihre Schulden zu übernehmen?

*Wenn Sie mindestens zwei Fragen mit „Ja“ beantwortet haben, könnte dies ein Hinweis sein, dass Ihr Spielverhalten riskant ist.*

→ **Nehmen Sie diese Situation ernst, werden Sie aktiv und informieren Sie sich weiter!**



## Remarque:

En Allemagne, les bureaux de paris sportifs privés et les jeux de hasard sur Internet sont interdits par la loi. En règle générale, les jeux de cartes et de dés de même que les parties de poker, qui sont pratiqués par exemple dans les associations culturelles ou les cafés, sont illégaux quand on joue pour de l'argent.

## Anmerkung:

In Deutschland sind private Sportwettbüros und auch Glücksspiele im Internet gesetzlich verboten. Auch Karten- und Würfelspiele sowie Pokerrunden z.B. in Kulturvereinen und Cafés sind in der Regel illegal, wenn um Geld gespielt wird.

## Pour sortir de la dépendance

Plus vous combattrez tôt votre problème avec le jeu, mieux cela vaudra pour votre bourse, pour votre bien-être et en particulier aussi pour votre famille!

Beaucoup de choses sont plus faciles quand on s'y attaque à plusieurs. C'est également le cas de la dépendance aux jeux de hasard. Des conseils, une thérapie, ou bien un groupe d'entraide peuvent vous aider. Quant aux consultations pour personnes endettées, elles peuvent vous aider à reprendre votre situation financière en main.

## Tuyaux pour vous aider à vous libérer du jeu au quotidien et à rester saint ("clean"):

- **Evitez dans la mesure du possible toutes les formes de jeu de hasard.**
- Parlez de votre situation à une personne à laquelle vous faites confiance (membres de la famille, amis, collègues).
- Ayez le moins d'argent liquide possible sur vous.
- Payez vos frais réguliers (loyer, téléphone, etc.) par prélèvement automatique à partir de votre compte.
- Faites-vous aider par une personne de confiance pour répartir vos dépenses et confiez lui votre carte bancaire.
- Entretenez des contacts avec des personnes qui ne jouent pas.
- Choisissez un passe-temps qui vous plaise.

## Wege aus der Sucht

Grundsätzlich gilt: Je eher Sie dem Spielproblem entgegensteuern, desto besser für Ihre Geldbörse, Ihr Wohlbefinden und insbesondere auch Ihre Familie!

Gemeinsam mit anderen fällt vieles leichter, auch der Weg aus einer Glücksspielsucht. Beratung und Therapie aber auch Selbsthilfegruppen können dabei helfen. Schuldnerberatungsstellen unterstützen Sie, die eigene finanzielle Lage wieder in den Griff zu bekommen.

## Tipps, die Ihnen im Alltag helfen können, spielfrei zu werden und zu bleiben:

- **Gehen Sie möglichst allen Formen des Glücksspiels aus dem Weg!**
- Sprechen Sie über Ihre Situation mit einer Person, der Sie vertrauen (Familienmitglied/Freund/Kollege).
- Tragen Sie unterwegs möglichst wenig Bargeld bei sich.
- Lassen Sie regelmäßige Kosten (Miete, Telefon, u.a.) direkt per Dauerauftrag von ihrem Konto abbuchen.
- Lassen Sie sich von einer Person, der Sie vertrauen, bei der Geldeinteilung helfen und geben sie dieser Ihre EC-Karte.
- Halten Sie Kontakt zu Mitmenschen, die nicht spielen.
- Suchen Sie sich ein Hobby, das Ihnen Spaß macht.



- Planifiez et vivez votre journée de sorte à ne pas vous ennuyer. L'ennui augmente le risque de recommencer à jouer.
- Profitez de la possibilité de vous faire interdire l'accès aux jeux de hasard dans les casinos
- Cherchez le contact avec d'autres joueurs qui veulent arrêter les jeux de hasard. Dans beaucoup de villes, il y a des groupes d'entraide pour les joueurs.
- Planen und leben Sie Ihren Tag so, dass Sie sich nicht langweilen. Langeweile erhöht das Risiko, wieder zu spielen.
- Nutzen Sie die Möglichkeit, sich für Glücksspiele in Casinos sperren zu lassen.
- Suchen Sie Kontakt zu anderen Glücksspielern, die mit dem Spiel aufhören wollen. In vielen Städten gibt es bereits Selbsthilfegruppen für Spieler.

## **A tout moment, vous pouvez avoir recours à une aide professionnelle!**

La dépendance aux jeux de hasard n'est pas sans issue! On peut la soigner avec succès:

- ▶ Les centres spécialisés dans les problèmes de dépendance que l'on trouve dans de nombreuses villes et qui proposent de l'aide aux personnes dépendantes et à leurs proches vous fourniront **une première aide**.
- ▶ La consultation est toujours **gratuite, confidentielle et reste anonyme** si vous le souhaitez (une visite au centre n'a aucun effet sur votre statut de séjour ni aucune conséquence pénale).
- ▶ On trouve des groupes d'entraide dans de nombreux endroits.

Pour tous conseils anonymes ou renseignements sur les adresses à proximité de chez vous, les numéros de téléphone et adresses Internet suivants sont à votre disposition:

**BZgA-Beratungstelefon zur Glücksspielsucht:**

0800 1372700 (libre)

**Hotline Glücksspielsucht:**

0800 0776611 (libre)

[www.gluecksspielsucht.de](http://www.gluecksspielsucht.de)

[www.anonyme-spieler.org](http://www.anonyme-spieler.org)

## **Kontakt DHS**

Armin Koeppel  
Westenwall 4  
59065 Hamm  
Tel. 02381 9015-23  
Fax 02381 9015-30  
koeppel@dhs.de  
www.dhs.de

## **Sie haben jederzeit die Möglichkeit, sich professionelle Hilfe zu suchen!**

Eine Glücksspielsucht ist nicht ausweglos! Sie kann erfolgreich behandelt werden:

- ▶ **Erste Hilfe** bekommen Sie in Suchtberatungsstellen, die in vielen Städten spezielle Angebote für Glücksspielsüchtige und deren Angehörige anbieten.
- ▶ Die Beratung ist stets **kostenfrei, vertraulich und auf Wunsch anonym** (ein Besuch hat keine Auswirkungen auf den Aufenthaltsstatus bzw. strafrechtliche Konsequenzen).
- ▶ Vielerorts gibt es Spieler-Selbsthilfegruppen.

Anonyme Beratung und Adressen in Ihrer Nähe finden Sie telefonisch oder im Internet unter:

