

ITALIANO

Quando il gioco diventa un problema...

Informazioni per persone con un background di migrazione

Il gioco d'azzardo vi affascina? Vi piace giocare ad esempio con le slot machine nelle sale da gioco, nei bar e nei chioschi, o vi piacciono le scommesse sportive?

Vi piacciono lo svago e il brivido particolare che provocano questi giochi?

Vi eccita il non sapere che esito avrà il gioco e sperate di realizzare, prima o poi, una grossa vincita?

Da divertimento a problema

All'inizio siete tutti presi dal piacere del gioco, dal divertimento e dall'eccitazione. Dopo le vincite iniziali si *può* tuttavia sviluppare la smania di rivivere ripetutamente le sensazioni provate. La perdita di soldi invece genera il desiderio di giocare nuovamente per recuperare il denaro perso! Ad un certo punto si continua a giocare senza sosta e si perde progressivamente il controllo sul proprio comportamento in relazione al gioco d'azzardo.

Parallelamente vengono repressi gli effetti negativi che si hanno sulla famiglia, nei rapporti sociali e sul lavoro. Quello che all'inizio era solo il piacere di giocare si è trasformato con il tempo in un comportamento problematico che può svilupparsi fino a diventare dipendenza dal gioco.

In Germania la dipendenza dal gioco è riconosciuta come malattia. *Non* è segno di debolezza di carattere. Ci sono circa 300.000 giocatori patologici che provengono dai più diversi gruppi culturali, strati sociali e fasce d'età.

ITALIENISCH

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.

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.

Test: come mi accorgo di essere dipendente dal gioco?

- ▶ I vostri pensieri sono sempre dominati dal gioco d'azzardo?
- ▶ Giocate sempre più spesso e scommettete sempre più denaro?
- ▶ Siete irrequieti o irritati se non avete la possibilità di giocare?
- ▶ Sfruttate il gioco d'azzardo per distrarvi dalle arrabbiature e dallo stress?
- ▶ Avete già provato, senza successo, a smettere di giocare?
- ▶ Giocate per compensare le vostre perdite con una grossa vincita?
- ▶ Nascondete alla vostra famiglia o ai vostri amici di giocare d'azzardo?
- ▶ Avete continuato a giocare nonostante le difficoltà finanziarie o i problemi in famiglia?
- ▶ Avete chiesto alla vostra famiglia o ai vostri amici di prestarvi denaro per giocare o di pagare i vostri debiti di gioco?

Se avete risposto almeno a due domande con un „sì“, questo può essere un indizio che il vostro rapporto con il gioco è rischioso.

→ Non sottovalutate la situazione, agite e informatevi!

Attenzione:

In Germania le agenzie private di scommesse e anche il gioco d'azzardo su Internet sono proibiti per legge. Anche i giochi di carte e a dadi e il poker, ad esempio in centri culturali o bar, sono generalmente illegali, se si gioca di soldi.

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!

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.



Per uscire dalla dipendenza

La regola generale è la seguente: prima iniziate a combattere il problema della dipendenza dal gioco, meglio è per il vostro portafoglio, il vostro benessere e in particolare anche per la vostra famiglia!

In compagnia molte cose sono più semplici, anche uscire dalla dipendenza dal gioco. In questo vi possono aiutare la consulenza e le terapie, ma anche i gruppi di autoaiuto. I centri di consulenza per coloro che hanno contratto debiti vi assistono nel venire a capo della vostra situazione finanziaria.

Qualche consiglio pratico che vi può aiutare ad abbandonare il gioco e a non ricadere nella tentazione:

- **Evitate, se possibile, tutte le forme di gioco d'azzardo!**
- Confidate la vostra situazione a una persona di fiducia (un familiare, un amico, un collega).
- Tenete con voi sempre poco denaro contante.
- Fatevi addebitare direttamente sul conto, tramite ordine permanente, le spese fisse (affitto, bolletta del telefono ecc.).
- Fatevi aiutare da una persona di fiducia ad amministrare il vostro denaro e dategli la vostra carta bancomat.
- Frequentate persone che non giocano.
- Cercate un hobby che vi diverta.
- Pianificate e vivete le vostre giornate in modo da non annoiarvi. La noia fa aumentare il rischio di ricominciare a giocare.
- Utilizzate la possibilità di farvi interdire dal gioco nei casinò.
- Entrate in contatto con altri giocatori intenzionati a smettere di giocare. In molte città ci sono già gruppi di autoaiuto per giocatori dipendenti.

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.
- 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.



Avete sempre la possibilità di farvi aiutare da personale qualificato!

La dipendenza dal gioco non è una strada senza uscita! Può essere curata con successo:

- ▶ Ricevete un **primo aiuto** nei centri di consulenza per coloro che hanno contratto debiti che, in molte città, offrono assistenza particolare alle persone dipendenti dal gioco e ai loro familiari.
- ▶ La consulenza è sempre **gratuita, confidenziale e, su richiesta, anonima** (una consulenza non ha ripercussioni sul soggiorno in Germania e nemmeno conseguenze penali).
- ▶ In molti luoghi ci sono gruppi di autoaiuto per giocatori.

Per telefono e su Internet, trovate consulenza anonima e indirizzi utili nelle vostre vicinanze:

Mudra (italienische Suchthotline)
BZgA-Beratungstelefon zur Glücksspielsucht:
Hotline dipendenza dal gioco:

0911 8150121
0800 1372700 (numero verde)
0800 0776611 (numero verde)

www.gluecksspielsucht.de
www.anonyme-spieler.org

Kontakt DHS

Armin Koepe
Westenwall 4
59065 Hamm
Tel. 02381 9015-23
Fax 02381 9015-30
koepe@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:

