

**Anlaufstellen der  
Suchtberatung KRH  
im Kreis Viersen**

**Hauptstelle Viersen-Dülken**  
Kreuzherrenstraße 17 - 19  
41751 Viersen

Telefon: 02162 / 95 11 - 0  
Fax: 02162 / 95 11 - 50  
zentrale@krh-online.de  
www.krh-online.de

**Büro Kempen**  
An St. Marien 16  
47906 Kempen  
Telefon: 02152 / 89 79 929

**Büro Willich**  
Katharinen-Hospital  
Bahnstraße 28  
47877 Willich  
Telefon/Fax: 02154 / 81 47 557

**Büro Nettetal**  
Süchtelner Straße 1  
41334 Nettetal  
Telefon: 02153 / 12 17 828

**Vorsitzender**  
Hans-Josef Kampe

**Stellvertreter**  
Walter Pöpel  
Anne Kolanus

**Leiter der Einrichtung**  
Reiner Lennertz

**Bankverbindung:**  
Sparkasse Krefeld  
IBAN: DE20 3205 0000  
0059 3301 26  
BIC: SPKRDE33

Mitglied im Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband (DPWV)

**KRH**

Kontakt-Rat-Hilfe e.V.

**Selbsttest  
Glücksspiel**



**Suchtberatung  
für den Kreis  
Viersen**



**Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Ihr Glücksspielverhalten bereits problematisch oder auch krankhaft ist, können Sie sich selber überprüfen:**

- Sind Sie gedanklich häufig mit dem Spielen oder der Geldbeschaffung beschäftigt?
- Verspielen Sie mehr Geld als eigentlich vorgesehen?
- Haben Sie Ihrem Spielverhalten selber Grenzen gesetzt, die Sie dann nicht einhalten konnten?
- Fühlen Sie sich unruhig oder schlecht gelaunt, wenn Sie weniger spielen?

- Spielen Sie um unangenehm Gefühle oder Gedanken zu vergessen?
- Versuchen Sie Verluste beim Spiel durch höhere Einsätze, längere Spielzeiten etc. wieder zurück zu holen?
- Vertuschen Sie Ihr Spielverhalten, belügen Sie sich oder andere Menschen um das Ausmaß Ihres Spielens nicht bekannt werden zu lassen?
- Haben Sie schon einmal illegal Geld beschafft um Spielen zu können?



- Gefährden Sie durch Ihr Spielverhalten Ihre Beziehung, Ihren Arbeits- oder Ausbildungsplatz, Ihre finanzielle Sicherheit oder Ihre Lebensqualität?
- Verlassen Sie sich immer wieder darauf, dass andere Ihnen aus Ihrer schwierigen finanziellen Situation helfen?

(Selbsttest des Arbeitskreis gegen Spielsucht e. V., Beratungsstelle für SpielerInnen und Angehörige, Südring 31, 59423 Unna).

**Jeder Punkt, in dem Sie sich wiederfinden, gilt als ernst zu nehmender Hinweis auf ein problematisches Spielverhalten.**

**Nutzen Sie unsere Beratungsstelle um sich selber Klarheit über Ihre Situation zu verschaffen.**