

**Im Bereich  
Glücksspielsucht  
sind für Sie da:**

**Anne Geerlings**  
Tel.: 02162 / 9511 - 10  
a.geerlings@krh-online.de

**Dietmar Lufen**  
Tel.: 02162 / 9511 - 23  
d.lufen@krh-online.de

oder unsere Zentrale unter  
Tel.: 02162 / 9511 - 0

oder Sie wenden sich anonym  
an unsere **Mailberatung**  
unter **www.krh-online.de**

## Kontakt

**Hauptstelle Viersen-Dülken**  
Kreuzherrenstr. 17 - 19  
41751 Viersen  
Telefon: 02162 / 9511 - 0  
E-Mail: zentrale@krh-online.de  
Homepage: www.krh-online.de

**Büro Kempen**  
An St. Marien 16, 47906 Kempen  
Telefon: 02152 / 8979 929

**Büro Willich**  
Katharinen-Hospital  
Bahnstr. 28, 47877 Willich  
Telefon: 02154 / 8147 557

**Büro Nettetal**  
Süchtelner-Str. 1, 41334 Nettetal  
Telefon: 02153 / 1217 828

oder anonym per **Mailberatung** unter  
**www.krh-online.de**

## Suchtberatung Kontakt-Rat-Hilfe e. V.

**Vorsitzender:** Hans Josef Kampe  
**Stellvertreter:** Walter Pöpel, Anne Kolanus  
**Leiter:** Reiner Lennertz

Bankverbindung: Volksbank Viersen  
IBAN: DE28 3146 0290 0713 8920 68  
BIC: GENODED1VSN

Mitglied im Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband (DPWV)



**Kontakt-Rat-Hilfe e.V.**

**Suchtberatung  
für den Kreis  
Viersen**



**Selbsttest  
Glücksspiel**

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

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

- 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 unangenehme 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?

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

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