

**SPORTWETTENINFOS**

**WETTEN,  
DU GIBST ALLES?**





# INHALT

## TESTSPIEL

Mach den Check – finde heraus, ob du gefährdet bist.

4

## WER MEHR WEISS, GEWINNT?

Das Risiko bei Sportwetten.

5

## ALLES AUF EINE KARTE?

Vom Spiel zur Sucht.

6

## INSIDERTIPPS FÜR SPIELERINNEN UND SPIELER

Hast du noch die Kontrolle?

7

## INSIDERTIPPS FÜR FAMILIE UND FREUNDE

Hilfe für Angehörige.

8

## LEGALE CHANGEN?

Das sagt das Gesetz.

9

## DEIN EINSATZ

Adressen und Kontakte zum Thema Glücksspielsucht.

10

Impressum

11

# TESTSPIEL

**Interessierst du dich für Sport und wettest auch gerne mal?**

**Spielst du aus Spaß? Ist dein Spielverhalten riskant?**

**Beantworte ehrlich die folgenden Aussagen.**

**Mach den Check!**

JA NEIN

Auch wenn mein Limit erreicht ist und ich kein Geld mehr habe, wette ich weiter.

Ich habe schon öfter versucht, weniger zu wetten.

Wenn ich weniger oder gar nicht wette, bin ich unruhig und werde leicht wütend.

Um weiter zu wetten, leihe ich mir manchmal Geld.

Wenn ich verliere, will ich das Geld so schnell wie möglich zurückgewinnen.

Meine Familie/Freunde finden, ich verbringe zu viel Zeit mit Sportwetten.

Manchmal fühle ich mich schlecht, irgendwie schuldig beim Wetten.

Ich musste schon Familie/Freunde um Geld bitten, um meine Wettschulden zu bezahlen.

Wenn es nicht anders geht, klaue oder betrüge ich, um an Geld zu kommen.

Jede Ja-Antwort ist ein Zeichen für ein mögliches Suchtproblem. Hast du einmal oder öfter Ja geantwortet, dann ist dein Spielverhalten bedenklich. Nimm die Gefahr ernst und lass dich beraten – kostenlos unter 0800 -1372700 am BZgA-Beratungstelefon zur Glücksspielsucht. Mehr Infos findest du auch unter [www.check.dein-spiel.de](http://www.check.dein-spiel.de).

# WER MEHR WEISS, GEWINNT?

Bei jedem Sport geht es ums Gewinnen oder Verlieren. Fans lieben den spannenden Wettkampf bis zur letzten Minute. Und immer die Hoffnung, als Sieger vom Platz zu gehen. Ein unbeschreiblich gutes Gefühl.

Auf das Ergebnis zu wetten, macht das Spiel noch spannender. Und anders als beim Lotto oder Roulette kann dir hier sogar dein eigenes Sportwissen nützlich sein. Zumindest glauben das viele. Doch auch Sportwetten sind Glücksspiele. Egal, wie viel du über Spielerinnen, Spieler oder eine Mannschaft weißt, du kannst das entscheidende Tor nicht voraussehen.

Sportwetten sind Glücksspiele. Und das Risiko, süchtig danach zu werden, ist besonders groß:

- ✗ Wenn du viel über Sport weißt, denkst du leicht, du hast einen sicheren Tipp. Aber bei Sportwetten entscheidet letztlich der Zufall.
- ✗ Spaß am Wetten und Sportbegeisterung – zusammen wird's gefährlich. Das Risiko, glücksspielsüchtig zu werden, ist besonders hoch.
- ✗ Unendlich viele Sportarten und jede Menge Gelegenheiten zu wetten. Da steigt die Versuchung, immer weiter zu wetten.
- ✗ Im Internet kannst du ohne Bargeld wetten. Klicken, statt mit Scheinen zu bezahlen. Schnell setzt du viel mehr Geld, als du wolltest.
- ✗ Kombinationswetten locken mit hohen Gewinnen, wenn eine ganze Ergebnisserie komplett korrekt getippt wird. Live-Wetten sind durch wechselnde Quoten und Wettmöglichkeiten besonders spannend. Aber gerade das macht beide Wettformen extrem riskant.

# HOCH

# ALLES AUF EINE KARTE?

**Sportwetten, vor allem Live-Wetten, können sehr schnell glücksspielsüchtig machen. Oft fängt alles mit einem Gewinn an. Dann ist die Verlockung groß, immer weiter zu wetten.**

Aber wenn du mehr wettest, wirst du öfter verlieren. Du redest dir ein, dass das alles nicht so schlimm ist. Nur eine Pechsträhne. Die Hoffnung, endlich zu gewinnen, wächst. Wer gefährdet ist, glücksspielsüchtig zu werden, versucht besonders oft, das verlorene Geld durch weitere Wetten zurückzugewinnen.

Irgendwann macht das Spielen keinen Spaß mehr. Das Wetten wird zum Zwang. Ein glücksspielsüchtiger Mensch muss immer weiter spielen. Verliert er, will er den Verlust ausgleichen. Oft kommt es sogar zu Betrug und Diebstahl, um an Geld zu kommen. Gewinnt er, will er mehr gewinnen – bis zum nächsten Verlust. Aber am Ende gewinnt immer der Anbieter.

Hast du keine Kontrolle mehr? Entscheidest du nicht mehr frei, ob du wettest oder nicht? Dann ist Glücksspiel eine Sucht. Glücksspielsucht ist eine Krankheit. Eine Krankheit, die du kaum alleine heilen kannst.

# INSIDERTIPPS FÜR SPIELERINNEN UND SPIELER

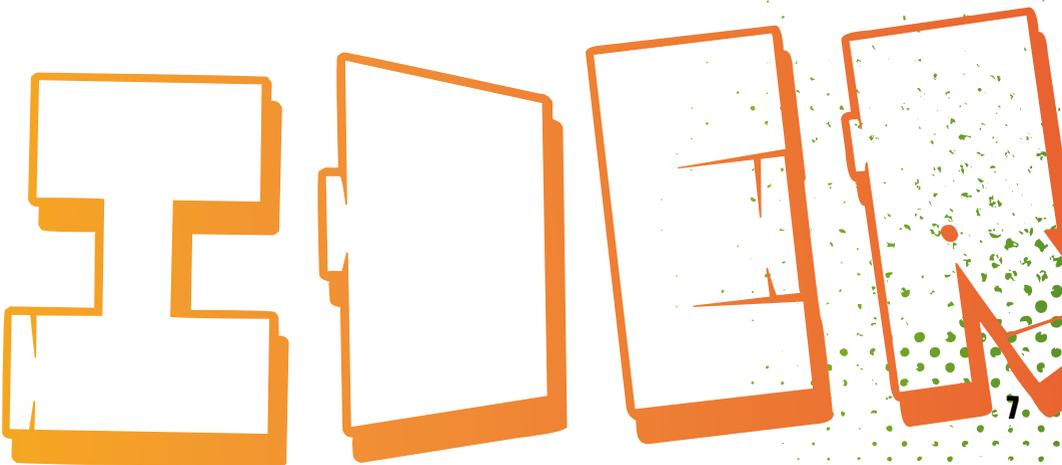
Hast du schon mal darüber nachgedacht, weniger zu wetten? Dann findest du hier ein paar Tipps, um das Risiko, süchtig zu werden, zu verkleinern.

## DAS HILFT:

- X Festlegen, wie oft und wie lange du wettest.
- X Setz dir ein Limit, wie viel Geld du aus gibst.
- X Nur Geld setzen, das du übrig hast.
- X Beim Wetten keinen Alkohol trinken.
- X Nicht bei Frust und Wut wetten.

Wer vom Wetten wegkommen will, hat es einfacher mit Ablenkung. Alles, was dich ablenkt und Spaß macht, ist gut. Beispielsweise Freunde besuchen, Sport machen, Filme gucken. Auch ein Ziel hilft: Mit dem Geld, das du nicht in Wetten steckst, könntest du dir etwas Besonderes leisten. Vielleicht gibt es etwas, was du dir schon sehr lange wünschst.

Wenn du merkst, du kannst das Spielen nicht mehr kontrollieren, hol dir Hilfe!



# INSIDERTIPPS FÜR FAMILIE UND FREUNDE

**Hast du den Verdacht oder weißt sogar, dass Angehörige, eine Freundin oder ein Freund glücksspielsüchtig sind? Betroffene brauchen Hilfe – deren Familie und Freunde auch.**

## **DAS HILFT:**

- X** Wissen, dass Sportwetten zu einem ernsthaften Problem werden können.
- X** Sich nicht selbst die Schuld an der Sucht des anderen geben.
- X** Kein Geld leihen.
- X** Zugang zum gemeinsamen Konto sperren.
- X** Sagen, dass man sich um den anderen sorgt, statt Vorwürfe zu machen.
- X** Den Glücksspielsüchtigen bei der Suche nach Hilfe unterstützen.
- X** Im Streit nur androhen, was man auch tatsächlich bereit ist, zu tun.
- X** Sich um sich selbst gut kümmern.
- X** Offen mit Freunden sprechen.
- X** Profis in Suchtberatungsstellen oder bei einem Beratungstelefon um Rat fragen.

Lügen und Betrügen gehört zur Glücksspielsucht. Angehörige erkennen oft erst sehr spät, wie ernst es ist. Manchmal will man auch nicht wahrhaben, dass es ein Problem gibt und schiebt es weg. Ob du nur einen Verdacht hast oder schon lange unter der Glücksspielsucht deiner Partnerin, deines Partners oder Kindes leidest: Alleine damit fertig zu werden ist immer schwierig. Erfahrene Expertinnen und Experten helfen dir, einen Weg zu finden – beim Umgang mit Glücksspielsucht, bei Familienproblemen und auch bei Fragen zu Spielschulden.



# LEGALE CHANCEN?

Bist du unter 18? Jugendlichen unter 18 Jahren ist das Glücksspielen nie erlaubt. Ob online oder im Wettbüro, spielt keine Rolle. Auch in Begleitung eines Erwachsenen darfst du selbst keinen Wettschein ausfüllen.

Für alle anderen: Im Internet ist Glücksspiel bis auf ganz wenige Ausnahmen illegal. Deshalb sind Wetten dort auch für Erwachsene fast immer verboten. Die Anbieter sitzen meist im Ausland. Das bedeutet, die hohen Gewinne, mit denen sie locken, sind nicht garantiert. Es gibt keine Möglichkeit, die Auszahlung zu erzwingen. Dann ist das Geld weg.

Noch ein Grund, nicht zu wetten: Auch beim Sport kann manipuliert werden. Immer wieder werden Wettskandale aufgedeckt. Spieler, Trainer oder Schiedsrichter, die bestochen wurden, um den Spielausgang zu beeinflussen. Beispielsweise ein extra verschossenes Tor.

# NEIN

# DEIN EINSATZ

## EINFACH ANRUFEN:

**BZgA-Beratungstelefon zur Glücksspielsucht: 0800-1372700**

**Mo bis Do 10–22 Uhr; Fr bis So 10–18 Uhr**

Profis beraten kostenlos und anonym zur Glücksspielsucht – speziell auch zu Sportwetten.

**Beratung auf Türkisch bei der**

**Hotline Glücksspielsucht: 0800-3264762**

**Mo 18–20 Uhr; Di und Do 20–22 Uhr**

**Russischsprachige Beratung und Hilfe**

**bei Problemen mit Glücksspielen: 0511-7014664**

**Mo 16–18 Uhr**

## NUR EIN KLICK ENTFERNT:

[www.check-dein-spiel.de](http://www.check-dein-spiel.de)

Alles zum Thema Glücksspielsucht mit Selbsttest, Wissenstest und einem Onlineausstiegsprogramm. Weitere Infomaterialien unter [www.bzga.de](http://www.bzga.de)  
> Infomaterialien > Suchtvorbeugung > Glücksspielsucht

## GEH HIN:

### Suchtberatungsstellen für Glücksspielsucht

Suchtberatungsstellen findest du auf [www.check-dein-spiel.de](http://www.check-dein-spiel.de)  
oder über das BZgA-Beratungstelefon.

### Schuldnerberatungsstelle

Hier helfen dir Profis, die Schulden abzubauen.  
Die nächste Schuldnerberatungsstelle findest du unter:  
[www.schuldenhelpline.de](http://www.schuldenhelpline.de) oder  
[www.meine-schulden.de/beratungsstellen\\_in\\_ihrer\\_naeh](http://www.meine-schulden.de/beratungsstellen_in_ihrer_naeh)

### Selbsthilfe

In Selbsthilfegruppen tauschen Betroffene oder Angehörige ihre Erfahrungen aus und unterstützen sich gegenseitig.  
Unter [www.check-dein-spiel.de](http://www.check-dein-spiel.de) findest du Adressen.

### Familien- und Erziehungsberatungsstelle

Hier bekommst du Hilfe z. B. bei Paarproblemen  
oder Erziehungsfragen.  
Unter [www.dajeb.de](http://www.dajeb.de) und [www.bke.de](http://www.bke.de)  
findest du Beratungsstellen in deiner Nähe.

## IMPRESSUM

Herausgeberin	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit. Alle Rechte vorbehalten.
Projektleitung und Konzept	Christine Schoelen, BZgA, Köln
Text und Gestaltung	Barbara Renz, <a href="http://www.b-renz.de">www.b-renz.de</a> , Köln
Druck	XXXXXXXX
Stand	September 2015
Auflage	1.100.10.15  Diese Broschüre wird von der BZgA kostenlos abgegeben. Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.
Bestellnummer	33211500



**BZgA**

**Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung**