Die Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht NRW informiert:

**Heft 5**

# PLEITE?!

***Informationen für Glücksspielsüchtige und Angehörige zum Thema Schulden***

LANDESKOORDINIERUNGSSTELLE
glücksspielsucht NRW

**Herausgeberin:**
Landeskoordinierungsstelle
Glücksspielsucht NRW
Niederwall 51
33602 Bielefeld
Fon 0521 _399 55 89_0
Fax 0521 _399 55 89_9
www.gluecksspielsucht-nrw.de
www.facebook.com/gluecksgriff.nrw

www.gluecksspielsucht-nrw.de/onlineberatung
kontakt@gluecksspielsucht-nrw.de
youtube: https://cutt.ly/kwoqkA7

**Text:**
Dipl. Soz.-Arb. Angelika Wagner
M.M., B.Sc. Psych. Verena Küpperbusch

**Lektorat:**
Heike Herrberg
www.heikeherrberg.de

**Design:**
Marcus Langer
www.extrembeweglich.de

1. Auflage 2020

Gefördert vom
Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen

## Inhalt

04 Zu dieser Broschüre
06 Den Überblick (zurück-)gewinnen
08 Schulden nach Gläubigern sortieren
09 Schulden in Raten abzahlen
12 Wenn die Ratenzahlung nicht mehr reicht, um die Schulden zu tilgen
13 Existenzsicherung: Wenn der Verlust von Wohnung und Strom droht
15 Unterhaltsverpflichtungen
17 Beitragsschulden bei Krankenkassen
19 Wenn Glücksspielsucht zur Verschuldung führt
24 Häufige Fragen
- 24 Ist es besser, wenn eine Vertrauensperson das Geld verwaltet?
- 26 Wer haftet für welche Schulden?
- 27 Was passiert, wenn ich nichts tue?
- 32 Wie gelingt es mir, mit meinem Geld auszukommen?
- 35 Wie werde ich meine Schulden wieder los?
- 38 Wo finde ich Hilfe?

# »Geld regiert die Welt!«

## Kennen Sie diesen Spruch?

**In der Glücksspielsucht hat Geld darüber hinaus eine besondere Bedeutung: Es ist Mittel zur Suchtbefriedigung!**

**Glücksspielsüchtige Menschen sind oft besonders hoch verschuldet.**

**Menschen, denen die Schulden über den Kopf wachsen, fühlen sich ausgeschlossen, und ihr Selbstwertgefühl leidet.**

**Diese Broschüre möchte Ihnen einen Ausweg aus dieser Abwärtsspirale zeigen. Ziel ist es, dass Sie (wieder) ein glückliches Leben führen und einen gesunden Umgang mit Geld finden.**

Glücksspielsucht ist eine Krankheit mit schwerwiegenden Folgen. Die Betroffenen haben keine ausreichende Kontrolle über ihr Glücksspielverhalten: Sie riskieren mehr Geld als geplant – und oft viel mehr, als sie sich leisten können. Häufig spielen sie so lange, bis kein Geld mehr da ist. Viele schämen sich dafür und machen sich Vorwürfe. Gegenüber dem Freundeskreis und Angehörigen verschweigen sie das Ausmaß ihrer Sucht. Auch hohe Verluste schrecken sie nicht ab. Sie versuchen, das Verlorene zurückzugewinnen, und geraten immer tiefer in den Strudel des Verlierens.

Dabei hat Geld einen zentralen Stellenwert in der Glücksspielsucht. Im Laufe der Suchtentwicklung verändert sich seine Bedeutung: Das schlichte Zahlungsmittel wird zu einem Mittel der Suchtbefriedigung. Ein besonderes Merkmal von Glücksspielsüchtigen ist ihre hohe Verschuldung. Diese liegt weit über der des Bevölkerungsdurchschnitts. Auch im Vergleich zu anderen Suchtkranken ist sie stark erhöht.

Wenn der Schuldenberg immer weiter wächst, möchten sich manche Menschen am liebsten verkriechen und die Augen davor verschließen. Sie reagieren nicht auf Zahlungserinnerungen, öffnen ihre Post nicht mehr und werfen Mahnungen ungeöffnet in den Papierkorb. Dennoch fühlen sie sich mit jedem Schreiben, das von Gläubigern kommt, schlechter.

Diese Broschüre gibt Ihnen Tipps, wie Sie sich aus einer solchen Notlage befreien können. Ziel ist es, dass Sie einen gesunden Umgang mit Geld finden und (wieder) ein glückliches Leben führen können. Auf dem Weg dahin bieten wir Ihnen eine Fülle von Informationen und Denkanstößen.

**Zu Beginn jedes Kapitels finden Sie einen Kasten mit zentralen Informationen. So können Sie sich schnell einen Überblick verschaffen und wichtige Erklärungen nachlesen. Tiefere Einsichten in die Themen gibt dann jeweils der nachfolgende Text.**

## Den Überblick (zurück-)gewinnen

**Eine vollständige Auflistung all Ihrer Schulden ist notwendig, damit Sie einen Überblick gewinnen.**

**Sie sollten also …**

- **Ihre gesamte Post öffnen,**
- **die Post nach Gläubigern und Aktenzeichen sortieren,**
- **alle Gläubiger mit allen Forderungen auflisten,**
- **auch Schulden bei Freund*innen und Bekannten in die Liste aufnehmen.**

**Sind Sie unsicher, ob Sie alle Forderungen erfasst haben?**

- **Fordern Sie eine kostenfreie Datenkopie nach Artikel 15 DSGVO bei Auskunfteien wie z. B. der Schufa an (www.meineschufa.de).**
- **Fragen Sie den bzw. die Gerichtsvollzieher*in nach Vollstreckungsaufträgen.**

Menschen, die Schulden haben, kostet es manchmal viel Kraft, sich alle unbezahlten Rechnungen und Forderungen anzusehen. Die Post von Gläubigern wird als Bedrohung erlebt. Die Briefe stapeln sich oft ungeöffnet oder wandern gleich in den Papierkorb.

Wenn Rechnungen nicht bezahlt werden, folgen schnell Mahnungen. Reagieren Schuldner*innen nicht auf Mahnungen, schalten Gläubiger Inkassobüros oder Rechtsanwaltskanzleien ein. Diese treiben für Gläubiger das Geld ein, oder sie kaufen die Forderung auf und betreiben den Einzug dann im eigenen Interesse.

Wenn sie den ersten Schritt getan, die Post sortiert und Forderungen aufgelistet haben, fühlen sich Betroffene meist besser: Sie haben jetzt ihre Schulden in der Hand und können aktiv werden. Viele überschuldete Menschen berichten, dass das Öffnen, Sortieren und Ordnen der Post ein wichtiger Schritt für sie gewesen ist.



Mit den Rechnungen und Mahnungen können Sie nachvollziehen, wer was und wie viel fordert. Dabei ist es hilfreich, die Post anhand der Aktenzeichen und der jeweiligen Forderungsinhaber zu sortieren. So gewinnen Sie einen Überblick – und ein riesig scheinender Papierhaufen reduziert sich schnell auf wenige Gläubiger.

Falls Sie zwischendurch Schreiben von Gläubigern weggeworfen haben, können Sie bei der Schufa eine kostenfreie Kopie Ihrer dort gespeicherten personenbezogenen Daten anfordern. Sie erfahren darüber hinaus, woher die Daten stammen und an wen sie weitergeleitet wurden.

Etwas anders sieht es oft mit privaten Verbindlichkeiten aus: Hier kommen meist keine schriftlichen Forderungen. Daher muss genau überprüft werden, von wem Sie sich wie viel Geld geliehen haben und ob bzw. welche Rückzahlungsmodalitäten vereinbart wurden. Da persönliche Beziehungen unter Schulden sehr leiden können, gehören diese Privatschulden genauso in die Übersicht wie Schulden anderer Gläubiger.

## Schulden nach Gläubigern sortieren

### Primärschulden

Zahlungsrückstände sind für Schuldner*innen und die zum Haushalt gehörenden Personen existenzbedrohend! **Werden Sie sofort aktiv!**

**Lebenshaltungskosten, Miete und Strom**

**Bei Miet- oder Stromschulden: Fragen Sie das Jobcenter, ob Sie dort einen Kredit erhalten können.**

**Bei Kündigung der Wohnung: Wenden Sie sich an Ihr zuständiges Wohnungs- oder Sozialamt.**

**Geldstrafen und Bußgelder**

**Eine Schuldnerberatung hilft Ihnen, sich einen Überblick über Einnahmen und Ausgaben zu verschaffen.**

**Krankenkassenbeiträge**

**Haben Sie Schulden bei mehreren Gläubigern, sollten Sie sich an eine Schuldnerberatung oder eine Rechtsanwältin bzw. einen Rechtsanwalt wenden.**

### Sekundärschulden

Für Schulden, die nicht unmittelbar die Existenz bedrohen:

**Kreditschulden, Verbindlichkeiten gegenüber Versandkaufhäusern oder Onlineshops, Ratenkäufe, Mobilfunkkosten, Zinsen ...**

**Erstellen Sie einen Haushaltsplan.**

**Führen Sie ein Haushaltsbuch.**

**Verhandeln Sie evtl. mit Gläubigern über eine Ratenzahlung.**

**Private Schulden bei Familie, Freund*innen, Kolleg*innen ...**

**Holen Sie sich Unterstützung bei einer Schuldnerberatung oder einer Rechtsanwältin bzw. einem Rechtsanwalt.**



## Schulden in Raten abzahlen

**So legen Sie die passende Rate fest:**

- **Errechnen Sie Ihr Nettoeinkommen (Bruttoeinkommen abzüglich Steuern und Pflichtversicherungsbeiträge)**

- **Rechnen Sie realistisch Ihre Kosten zusammen für:**
  - **Wohnung (Miete und alle Nebenkosten)**
  - **Haushalt (Essen, Trinken, Körperpflege, Putzen, Fahrkarten, ...)**
  - **Versicherungen und Verträge (Haftpflicht, Hausrat, Handyvertrag, ...)**
  - **Tilgung (Kreditraten, Rückzahlung von Schulden, ...)**
  - **Rücklagen (für Kleidung, Reparaturen oder Neuanschaffungen, ...)**
  - **Zufriedenheit (einen kleinen Betrag, den Sie monatlich für Ihr Vergnügen einplanen)**

**Der Gesamtbetrag aller Kosten (inkl. der Punkte „Rücklagen“ und „Zufriedenheit“) muss die gleiche Höhe haben wie Ihr Nettoeinkommen!**

Weitere Informationen dazu finden Sie auf Seite 33.

Wenn Sie einen Überblick über Ihre Schulden haben und feststellen, dass Ihr Einkommen ausreicht, um die Schulden in monatlichen Raten abzuzahlen, sollten Sie sich genau überlegen, wie hoch eine solche Rate sein soll. Wählen Sie sie zu niedrig, dauert es lange, bis die Schulden getilgt sind, und die Kosten aufgrund von Zinsen und Gebühren sind dann höher als bei einer kurzen Laufzeit.

Wenn Sie die Rate zu hoch wählen, können Sie die Schulden zwar schnell abzahlen; doch in der Zeit, in der Sie Ihre Schulden tilgen, können Sie sich kaum etwas leisten. Insbesondere, wenn Sie über einen längeren Zeitraum Kredit- oder Schuldenraten tilgen müssen, ist es wichtig, keine zu hohen Raten zu vereinbaren, damit Sie diese Zeit gut bewältigen können. Ideal ist, wenn es Ihnen gelingt, die Hälfte des Geldes, das Sie erübrigen können, zur Tilgung der Schulden zu nutzen. Die andere Hälfte können Sie dann ansparen, um Rücklagen für Reparaturen oder Neuanschaffungen zu bilden oder sich auch mal einen schönen Tag zu machen.

**Um Ihre Einnahmen und Ausgaben gut planen zu können, ist es hilfreich, eine Vertrauensperson um Unterstützung zu bitten. Je nachdem, wie Sie mit Geld umgehen, sollte die andere Person einen Gegenpol bilden:**

→ **Sind Sie eher knauserig im Umgang mit Geld? Sind Sie manchmal zu sparsam und drehen jeden Cent dreimal um? Dann kann eine Vertrauensperson, die großzügiger (oder verschwenderischer) mit Geld umgeht, Ihnen bei der realistischen Einschätzung Ihrer Kosten helfen.**

→ **Sind Sie eher verschwenderisch und gönnen sich gerne etwas, bitten Sie eine Vertrauensperson um Unterstützung, die eher knauserig bzw sparsam ist.**

**Durch die Gegensätzlichkeit zwischen Ihnen und Ihrer Vertrauensperson gelingt es am ehesten, ein gutes, mittleres Maß für notwendige Ausgaben einzuplanen.**

**Da niemand ständig geizig ist oder immer verschwenderisch, fällt die Zuordnung zu einem der Extreme manchmal schwer. Das folgende Gedankenexperiment kann Ihnen bei der Einschätzung helfen:**

## Stellen Sie sich vor, Sie wären unverhofft Millionär*in geworden. Was würden Sie nun als Erstes tun?

- Menschen, die eher knauserig sind, neigen mehr dazu, Geld anzusparen.
- Menschen, die eher verschwenderisch sind, neigen dazu, sich erst mal etwas Schönes zu gönnen.

## Wenn die Ratenzahlung nicht mehr reicht, um die Schulden zu tilgen

**Ein Privathaushalt ist dann überschuldet, wenn Einkommen und Vermögen aller Haushaltsmitglieder über einen längeren Zeitraum trotz einer Reduzierung des Lebensstandards nicht ausreichen, um fällige Forderungen, also z. B. Rechnungen, zu begleichen.**

**Holen Sie sich in diesem Fall professionelle Unterstützung, um zu entscheiden, ob eine Privatinsolvenz infrage kommt.**

**Hilfe bieten Schuldnerberatungen und Rechtsanwaltskanzleien:**

- **Eine gemeinnützige Schuldnerberatung ist in der Regel kostenfrei. Viele der gemeinnützigen oder karitativen Organisationen, die diese Form der Beratung anbieten, haben allerdings lange Wartezeiten. Vereinbaren Sie daher frühzeitig einen Termin.**

- **Bei gewerblichen Schuldnerberatungen ist oft nur das erste Gespräch kostenfrei.**

- **Auch Rechtsanwält*innen bieten eine Schuldnerberatung an. Dort bekommen Sie meist schneller einen Termin. Häufig ist die Erstberatung kostenfrei.**

**Mittellose Schuldner*innen haben die Möglichkeit, einen Beratungshilfeschein zu beantragen. Dies können Sie beim zuständigen Amtsgericht oder über den Rechtsanwalt bzw. die Rechtsanwältin machen.**

Wenn Sie beim Überblick über Ihre Schulden feststellen, dass eine Rückzahlung in Raten aussichtslos ist, wenden Sie sich an eine Schuldnerberatung oder an einen Rechtsanwalt bzw. eine Rechtsanwältin. Das kann beispielsweise der Fall sein, wenn eine Rate ausschließlich Ihre fälligen Zinsen tilgen würde. Dann könnte es sinnvoll sein, über eine Privatinsolvenz nachzudenken. Der Rechtsanwalt, die Rechtsanwältin oder die Schuldnerberatung informieren und beraten Sie zu den Bedingungen und helfen Ihnen dabei, Ihre Situation einzuschätzen.



## Existenzsicherung: Wenn der Verlust von Wohnung und Strom droht

### Wohnung

**Sind Sie mit zwei Monatsmieten im Rückstand, kann Ihr*e Vermieter*in Ihnen fristlos kündigen!**

**Sollte es Ihnen nicht möglich sein, die Mietschulden zu zahlen, fragen Sie beim Wohnungsamt, beim Sozialamt oder im Jobcenter nach Hilfen.**

Wenn Sie mit mindestens zwei Monatsmieten im Rückstand sind, kann Ihnen die Wohnung fristlos gekündigt werden. Dabei ist es egal, ob Sie zwei Monate lang die Miete komplett nicht gezahlt haben oder ob Sie in einzelnen Monaten zu wenig Miete überwiesen haben, sodass in der Summe zwei Monatsmieten unbezahlt sind.

Es empfiehlt sich in jedem Fall, mit dem oder der Vermieter*in Kontakt aufzunehmen und über die Situation und Lösungsmöglichkeiten zu sprechen. Vielleicht verzichtet Ihr*e Vermieter*in auf das Kündigungsrecht, wenn Sie die künftigen Monatsmieten sicherstellen können und die rückständigen Mieten per Ratenzahlung ausgleichen.

Gelingt es Ihnen nicht, rückständige Mieten aus eigenen Mitteln zu zahlen, könnte eine Mietschuldenübernahme infrage kommen. Informationen dazu bekommen Sie bei der zuständigen Fachstelle für Wohnungssicherung, beim Sozialamt oder im Jobcenter.

### Energie

**Wenn Sie nicht aktiv werden, kann Ihnen der Strom abgestellt werden!**

**Setzen Sie sich sofort mit Ihrem Energieversorger in Verbindung.**

**Holen Sie sich Unterstützung bei einer Schuldnerberatung oder einem Rechtsanwalt bzw. einer Rechtsanwältin. Sollten Sie die Energieschulden nicht zahlen können, fragen Sie beim Jobcenter nach Hilfen.**

Auch bei Energieschulden ist es wichtig, dass Sie schnell tätig werden, um eine Sperre zu verhindern. Es gibt gesetzlich geregelte Schritte, die eingehalten werden müssen, bevor der Strom abgestellt werden darf. Sie haben dadurch genügend Zeit, etwas zu unternehmen, damit es nicht so weit kommt. Generell müssen Sie auch hier sicherstellen, dass Sie künftige Abschläge und vereinbarte Raten pünktlich zahlen.

Wenn Ihr Strom abgestellt wird, verursacht das zusätzlich hohe Kosten!

## Falls eine Haftstrafe droht

**Handeln Sie sofort, um nicht in Haft zu kommen.**

**Beantragen Sie „Schwitzen statt Sitzen“ bei der zuständigen Staatsanwaltschaft.**

Bestehen offene Forderungen aus Geldstrafen oder droht Erzwingungshaft, um jemanden zur Zahlung einer Geldbuße zu bewegen, muss auch hier zügig gehandelt werden, um eine Inhaftierung zu verhindern.

Geldstrafen können Sie durch gemeinnützige Arbeit abarbeiten („Schwitzen statt Sitzen“). Dies kann bei der zuständigen Staatsanwaltschaft beantragt werden. Außerdem können Sie Ratenzahlungen beantragen, wenn es Ihnen nicht möglich ist, die Strafe oder Geldbuße in einer Summe aufzubringen.

**Weitere Informationen finden Sie bei Ihrer örtlichen Schuldnerberatung und unter www.schuldnerberatung.de sowie beim Sozialamt oder im Jobcenter.**

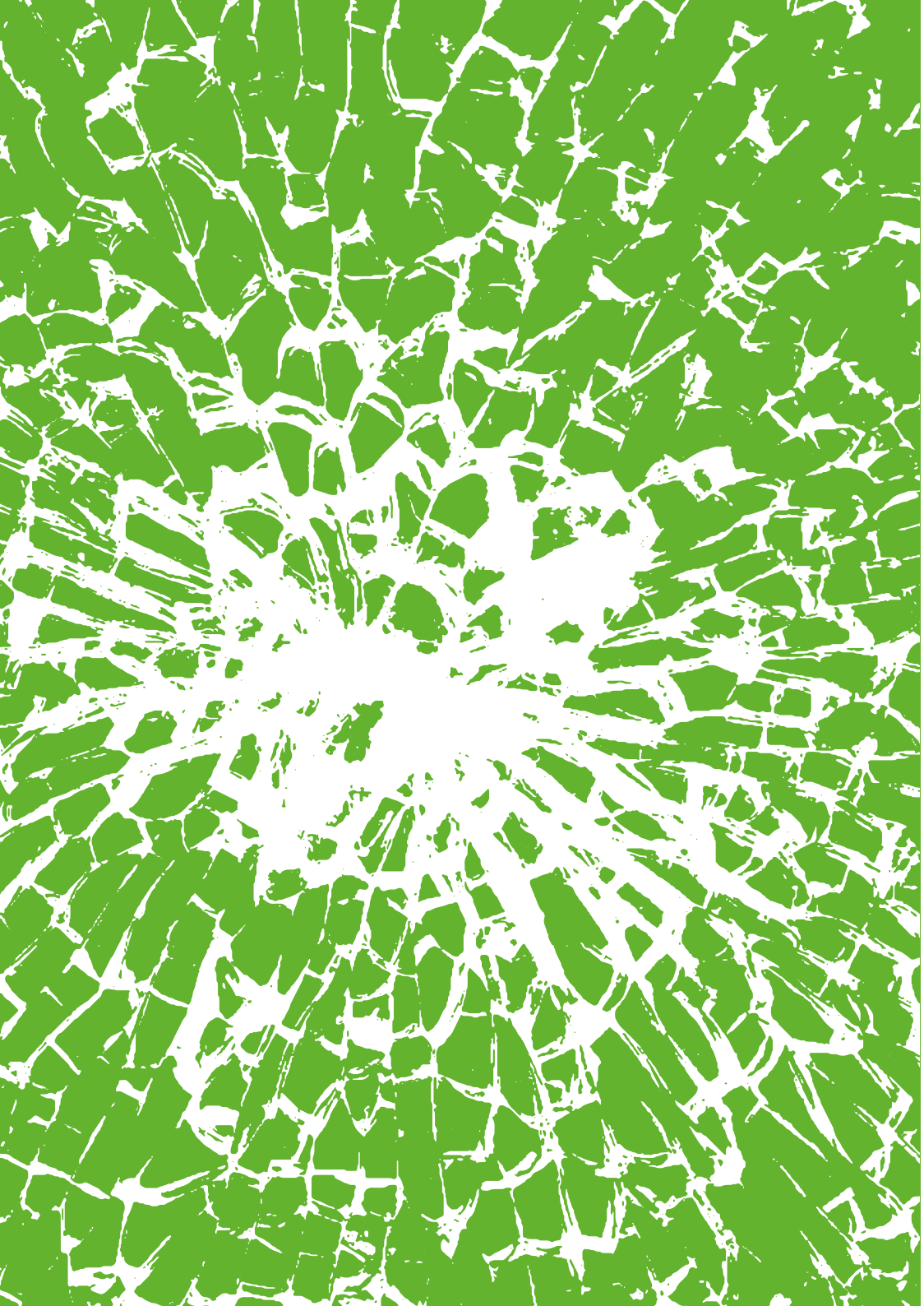


## Unterhaltsverpflichtungen

**Wenn Sie Ihrer Unterhaltspflicht nicht nachkommen, machen Sie sich strafbar!**

Das Gesetz sieht vor, dass Eltern bzw. Ehepartner*innen mit ihrem Einkommen für den Unterhalt der Kinder und des Ehepartners oder der Ehepartnerin aufkommen müssen. Kinder haben bis zum Abschluss ihrer ersten Ausbildung einen Anspruch auf Unterhalt. Dies gilt auch im Fall einer Trennung der Eltern, wenn das Kind beim anderen Elternteil lebt. Ob auch an den Expartner oder die Expartnerin Unterhalt gezahlt werden muss, legt das Gericht oder die zuständige Sozialbehörde fest.

Die Höhe des zu zahlenden Unterhalts richtet sich nach dem Einkommen. Müssen Sie Unterhalt für ein Kind zahlen, das beim anderen Elternteil lebt, errechnet das Jugendamt Ihren Unterhaltsanteil. Sie müssen dem Jugendamt dann jede Veränderung Ihres Einkommens mitteilen. Auch wenn Sie arbeitslos werden oder ein höheres Einkommen erzielen, ermittelt das Jugendamt Ihre neue Unterhaltspflicht.



## Beitragsschulden bei Krankenkassen

**Haben Sie Beitragsschulden bei Ihrer Krankenkasse, kann das dazu führen, dass deren Leistungen ruhen und Sie nur Notfall-Leistungen erhalten.**

Wenn Sie Ihrer Krankenkasse die Beiträge schulden und deshalb die Leistungen ruhen, haben Sie beispielsweise keinen Anspruch auf Vorsorgeuntersuchungen. Ihre Krankenkasse erhebt zudem Säumniszuschläge auf nicht gezahlte Beiträge.

Bei gesetzlichen und privaten Krankenkassen gibt es jeweils unterschiedliche Möglichkeiten, um wieder den vollen Leistungsumfang nutzen zu können:

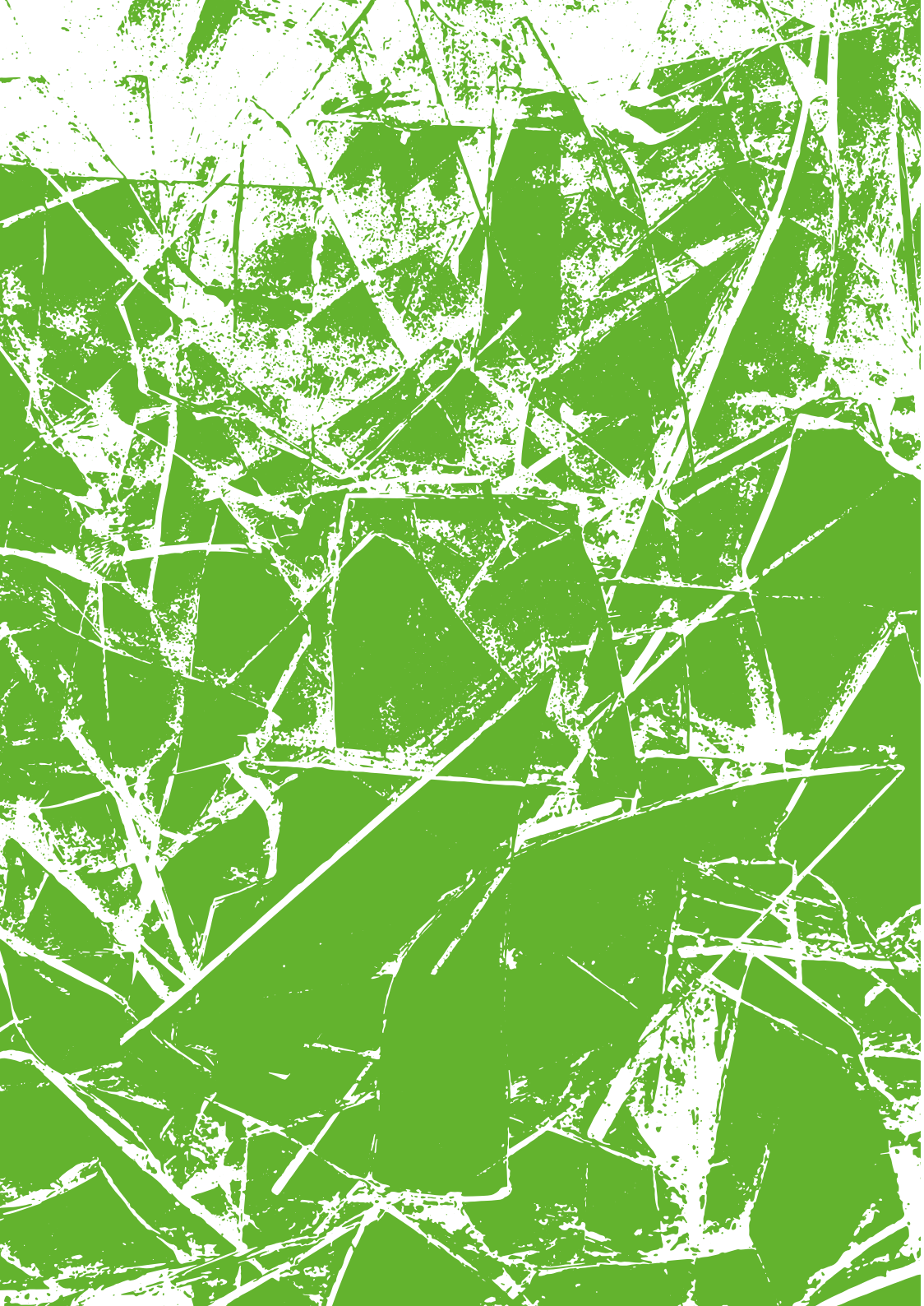
**In der gesetzlichen Krankenkasse endet das Ruhen der Leistungen, wenn**

- die Beitragsrückstände komplett ausgeglichen oder erlassen werden, oder
- mit der Krankenkasse eine Zahlungsvereinbarung getroffen wurde und diese auch eingehalten wird, oder
- ein Wechsel in eine Familienversicherung erfolgt, oder
- Hilfebedürftigkeit eintritt, also wenn Sie (ergänzend) Sozialleistungen nach dem SGB II oder SGB XII beantragen.

**In der privaten Krankenkasse endet das Ruhen der Leistungen nur, wenn**

- alle rückständigen Beiträge gezahlt werden oder
- Hilfebedürftigkeit eintritt, also wenn Sie (ergänzend) Sozialleistungen nach dem SGB II oder SGB XII beantragen.

Ratenzahlungen beenden das Ruhen der Leistungen in der privaten Krankenkasse nicht. Es besteht allerdings die Möglichkeit, sich in den günstigeren Notlagentarif einstufen zu lassen.



## Wenn Glücksspielsucht zur Verschuldung führt

**Wenn Sie gegen Ihre Glücksspielsucht aktiv werden wollen, stehen Ihnen Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen und Kliniken offen. Diese bieten kostenfrei verschiedene Beratungen und Behandlungen an.**

**Bundesweite Adressen von Beratungsstellen, Kliniken und Selbsthilfegruppen finden Sie auf der Internetseite des Fachverbands Glücksspielsucht e. V. (www.gluecksspielsucht.de).**

**Adressen von Anlaufstellen in Nordrhein-Westfalen finden Sie auf der Internetseite der Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht NRW (www.gluecksspielsucht-nrw.de).**

**Wenn Sie mehr Hilfe bei der Suche nach passender Unterstützung wünschen, rufen Sie kostenfrei und anonym die Infoline Glücksspielsucht an: 0800 077 66 11**

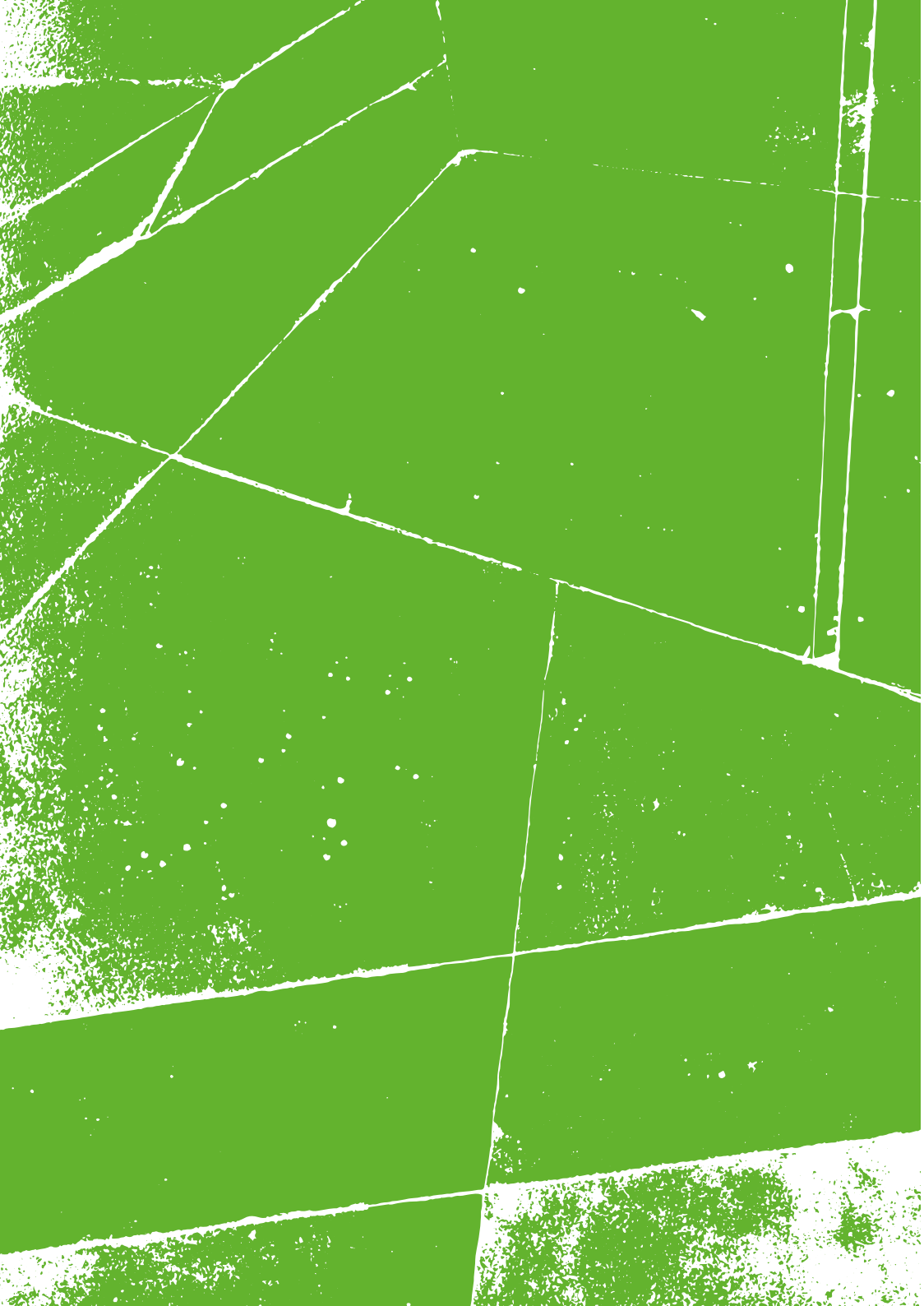
**Nehmen Sie Kontakt auf mit der Onlineberatung Glücksspielsucht (www.kohle-weg.de). Dort beraten Sie Expertinnen und Experten per Mail oder Chat.**

**Tun Sie etwas gegen Ihre Probleme mit dem Glücksspielen!**
**Denn: Ein Geldgewinn wird Sie niemals retten!**

Glücksspielsucht ist eine Krankheit. Sie ist definiert durch andauerndes, wiederkehrendes und oft noch gesteigertes Glücksspielverhalten, das trotz negativer Auswirkungen auf die persönlichen und sozialen Lebensbedingungen fortgeführt wird. Typische Begleiterscheinungen dieser Erkrankung sind Verschuldung, Lügen, Verzweiflung, Depressionen, familiäre Probleme und vieles mehr.

Trotz dieser Probleme nimmt das Glücksspielen für die Betroffenen immer mehr Raum in ihrem Leben ein. Es wird zum Lebensmittelpunkt.

Wie kann dieser Teufelskreis durchbrochen werden?



## Beratungsstellen

**Vereinbaren Sie einen Termin für ein erstes Informationsgespräch, bei dem Sie sich über die Angebote der Beratungsstelle informieren.**

**Die Beratung bzw. Behandlung in einer Beratungsstelle ist für Betroffene und Angehörige kostenfrei.**

Wenn Sie Unterstützung in einer Beratungsstelle in Anspruch nehmen möchten, vereinbaren Sie am besten zuerst telefonisch einen Termin für ein Erstgespräch. In diesem Gespräch bekommen Sie einen Einblick in die Angebote der Beratungsstelle. Sie können Fragen stellen und lernen die Beraterinnen und Berater vor Ort kennen. Wenn Sie den Eindruck haben, dass die dortigen Angebote Ihnen helfen, können Sie weitere Termine vereinbaren.

In der Regel werden Sie dann einmal wöchentlich einen Termin für ein Einzelgespräch mit Ihrem Berater oder Ihrer Beraterin haben. Sie können in diesen Gesprächen alle Themen ansprechen, bei denen Sie sich Unterstützung wünschen, und Ihr*e Berater*in wird Sie auf Punkte aufmerksam machen, die er oder sie für hilfreich hält.

Viele Beratungsstellen bieten auch therapeutisch geleitete Gruppen für Glücksspielsüchtige an. Wenn Sie daran interessiert sind, könnte die Teilnahme an einer solchen Gruppe ein zusätzlicher Termin pro Woche für Sie werden.

Die Angebote der Beratungsstellen sind für Betroffene und Angehörige von Glücksspielsüchtigen kostenfrei! Die Mitarbeitenden in den Beratungsstellen unterliegen der Verschwiegenheit.

## Selbsthilfegruppen

**Selbsthilfegruppen bieten Ihnen die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen.**

**Was man alleine nicht schafft, das schafft man gemeinsam!**

Wenn Sie sich mit anderen Betroffenen austauschen möchten, bietet sich eine Selbsthilfegruppe an. Hier treffen sich Menschen, die Probleme mit dem Glücksspielen haben. Sie stärken sich gegenseitig und unterstützen sich in schwierigen Situationen. Sie finden hier anpackende Soforthilfe, wertvolle Tipps und Beistand in belastenden Situationen.

## Kliniken

**Auf Glücksspielsucht spezialisierte Kliniken bieten Betroffenen stationäre Rehabilitation (Therapie) an.**

**Da es sich bei der Glücksspielsucht um eine anerkannte Krankheit handelt, trägt die Rentenversicherung, die Krankenversicherung oder der Sozialhilfeträger die Kosten des Klinikaufenthalts.**

**Beratungsstellen unterstützen Sie bei der Beantragung einer stationären Rehabilitation und helfen, die Wartezeit bis zum Beginn der Behandlung zu bewältigen.**

Wenn Sie das Gefühl haben, eine intensivere Unterstützung zu benötigen, um Ihre Glücksspielsucht zu bewältigen, können Sie eine stationäre Rehabilitation (Therapie) in einer spezialisierten Klinik beantragen. Diese dauert zwischen acht und zwölf Wochen. Die Kosten werden in der Regel von der Rentenversicherung, der Krankenkasse oder dem Sozialhilfeträger übernommen.

Sie beantragen die stationäre Rehabilitation über eine Beratungsstelle bei Ihnen vor Ort. Die örtliche Beratungsstelle für Glücksspielsucht finden Sie über die Internetseite **www.glueckspielsucht-nrw.de.**

## Häufige Fragen

### Ist es besser, wenn eine Vertrauensperson das Geld verwaltet?

**Wenn gar nichts mehr geht, kann es helfen, das Geld von einer Vertrauensperson verwalten zu lassen, damit wichtige Zahlungen – wie Miete oder Strom – erledigt werden.**

**ACHTUNG: Treffen Sie hier genaue Absprachen, um Konflikte bei der Geldverwaltung zu vermeiden!**

**Besonders wichtig ist für alle Beteiligten, dass detailliert besprochen wird, wie die Geldverwaltung ablaufen soll. Diese Vereinbarung sollten Sie schriftlich festhalten. Folgende Fragen sind dabei zu klären:**

- **Auf welches Konto soll das Einkommen des oder der Betroffenen gehen?**
- **Wer verwahrt die Kontokarte?**
- **Wie und von wem wird ein Haushaltsbuch geführt?**
- **Soll es Reaktionen bei Verstößen geben? Wenn ja, welche?**
- **Wie schützen sich die Geldverwalter*innen gegen intensive Forderungen der Betroffenen?**
- **Soll es Ausnahmen geben? Wenn ja, unter welchen Bedingungen?**
- **Für wie lange wird die Geldverwaltung festgelegt?**
- **Wer übernimmt im Vertretungsfall die Geldverwaltung?**
- **Wer trägt die Verantwortung – insbesondere, wenn etwas schiefgeht?**

Die Verwaltung des Geldes abzugeben und die damit einhergehende Fremdkontrolle können keine Dauerlösung sein. Sie sind lediglich geeignet, um eine Krisensituation zu überstehen. Ziel muss immer sein, dass Sie nach und nach die Verantwortung für Ihr Geld zurückerhalten.



Die grundsätzliche Voraussetzung für die Geldverwaltung durch eine Vertrauensperson ist jedoch, dass sich Betroffene selbst für diese Form der Unterstützung entscheiden. Erst dann können Sie gemeinsam beraten, wofür Beträge ausgegeben werden sollen. Grundlage ist ein Haushaltsplan, in dem sämtliche Einnahmen und Ausgaben gegenübergestellt werden. Der oder die Geldverwalter*in sorgt dafür, dass alle Zahlungen wie vereinbart erfolgen. So werden die Glücksspielsüchtigen entlastet und können sich der Bewältigung ihrer Sucht widmen.

Es empfiehlt sich, zunächst einen konkreten Zeitraum für die Dauer der Geldverwaltung zu vereinbaren (z. B. zwei Monate). Danach können Sie sich erneut zusammensetzen und miteinander überlegen, wie es gelaufen ist. Was hat gut funktioniert, was war schwierig? Sie haben dann die Möglichkeit, neu auszuhandeln, ob die Verwaltung weitergeführt werden soll – und wenn ja, wie.

Damit alle vereinbarten Zahlungen erfolgen können, kann es hilfreich sein, das Einkommen Glücksspielsüchtiger auf ein separates Konto zu überweisen, sodass der oder die Betroffene keinen Zugriff auf das Geld hat. Nachdem alle abgesprochenen Zahlungen erfolgt sind, kann der Restbetrag auf ein privates Konto oder Sparbuch überwiesen werden. Auch eine Barauszahlung – täglich, wöchentlich oder einmal im Monat – kann vereinbart werden.

Dabei ist zu bedenken, dass ein größerer Barbetrag bei Glücksspielsüchtigen schnell Unruhe und erhöhten Spieldruck auslösen kann. Je problematischer die finanzielle Situation, desto größer die Illusion, mit einem Geldgewinn alle finanziellen Sorgen los zu sein. Daher ist es wichtig, dass sich Angehörige gegen die finanziellen Folgen eines Rückfalls absichern, beispielsweise durch ein eigenes Einkommen und getrennte Konten.

Für Geldverwalter*innen wird es schwer, Schutz und Kontrolle zu gewährleisten, wenn das Einkommen der glücksspielsüchtigen Person weiterhin auf deren Konto eingeht und diese allein über das Konto verfügen kann. Auch die Frage, wer die Kontokarte verwahrt, muss abgesprochen werden.

Nicht selten übernehmen Partner*innen die Geldverwaltung. Das liegt nahe, wenn sie ein eigenes Interesse daran haben, dass die gemeinsame Wohnung erhalten bleibt, der Strom nicht abgeschaltet wird etc. Doch die Übernahme der Geldverwaltung wirkt sich auf die Partnerschaft aus, die bereits durch die Glücksspielerkrankung belastet ist. Daher sollte vorher überlegt werden, ob

der Partner oder die Partnerin diese zusätzliche Aufgabe wirklich leisten kann und will. Ist das der Fall, sind die Bedingungen sorgfältig abzustimmen.

Wenn Sie sich entscheiden, Angehörige oder Partner*in nicht mit der Geldverwaltung zu betrauen, können Sie professionelle Hilfe anfragen, etwa über eine Eingliederungshilfe oder eine rechtliche Betreuung. Informationen dazu erhalten Sie bei dem kommunalen Betreuungsbüro oder einem Betreuungsverein.

## Wer haftet für welche Schulden?

**Jede Person haftet für die Verträge, die sie abgeschlossen hat.**

**Sie haften nicht automatisch für Schulden Ihrer Ehepartnerin oder Ihres Ehepartners.**

Jede Person ist für die Verträge verantwortlich, die sie eingegangen ist. Das heißt, Sie müssen alles bezahlen, was Sie unterschrieben oder bestellt haben – ob per E-Mail, per App oder über Ihre Mobilfunknummer. Auch Bürgschaften müssen Sie erfüllen, sobald die Person, für die Sie bürgen, nicht mehr zahlt. Ebenso müssen Sie Ihren Unterhaltsverpflichtungen nachkommen. Umgekehrt bedeutet dies, dass beispielsweise Ehepartner*innen, die einen Kreditvertrag nicht mit unterschrieben haben, nicht haften!

Haftung bedeutet, dass Sie mit Ihrem Vermögen für entstandene Schulden aufkommen müssen. Sollte es gemeinsames Vermögen geben (z. B. ein Haus oder Auto), kann auch das für die Schuldenregulierung herangezogen werden.



## Was passiert, wenn ich nichts tue?

**Wenn Sie untätig bleiben, werden Ihre Gläubiger ein Mahnverfahren gegen Sie einleiten. Am Ende des Verfahrens bekommen sie einen Vollstreckungsbescheid, mit dem sie die Forderungen gegen Sie vollstrecken können.**

**Sollten Sie neue Zahlungsverpflichtungen eingehen, nachdem Sie gegenüber einem Gläubiger oder Gerichtsvollzieher Ihre Zahlungsunfähigkeit erklärt haben, ist das Betrug. Der neue Gläubiger kann diesen Betrug anzeigen, wenn Sie in Zahlungsverzug geraten!**

Wenn Sie weder die aufgelaufenen Schulden samt Zinsen und Säumniszuschlägen zahlen noch sich mit Ihren Gläubigern in Verbindung setzen, um eine Stundung oder Ratenzahlung zu vereinbaren, werden Ihre Gläubiger zwangsweise gegen Sie vorgehen. Dazu benötigen die Gläubiger einen sogenannten gerichtlich verwertbaren Titel. In diesem Dokument steht, wer wem wie viel Geld schuldet und warum. Der übliche und kostengünstigste Weg für Gläubiger, an diesen Titel zu kommen, ist das gerichtliche Mahnverfahren.

## Gerichtliches Mahnverfahren

Ihr Gläubiger beantragt beim zuständigen Gericht einen Mahnbescheid. Dieser wird Ihnen in einem gelben Briefumschlag zugestellt. Auf dem Umschlag ist das Datum vermerkt, wann der Mahnbescheid zugestellt wurde. Sie haben nun 14 Tage Zeit, gegen den Bescheid einen Widerspruch einzulegen. Ein entsprechendes Formular liegt dem Mahnbescheid bei. Sie können entweder der gesamten Forderung widersprechen oder nur einem Teil (z. B. einem Teilbetrag für nicht erbrachte Leistung oder unangemessene Kosten). Es wird dann gerichtlich entschieden, ob dem Widerspruch stattgegeben wird.

Sollten Sie weder Widerspruch einlegen noch die Forderung bezahlen, wird innerhalb von sechs Monaten ein Vollstreckungsbescheid erlassen. Auch dieser wird Ihnen mit Datum zugestellt und auch hier haben Sie 14 Tage die Möglichkeit, Einspruch einzulegen.

Erheben Sie keinen Einspruch, wird die Forderung nach Ablauf dieser 14 Tage rechtskräftig. Ihr Gläubiger hat ein gerichtliches Dokument, in dem belegt ist, dass ihm die aufgeführte Summe samt Kosten und Zinsen zusteht. Ihr Gläubiger kann seine Forderung gegen Sie vollstrecken. Die Vollstreckung erfolgt durch einen Gerichtsvollzieher, der Ihr Konto pfändet oder aber Ihr Grundeigentum oder bewegliche Sachen pfändet und versteigert.

**Wichtig: Einspruchsfristen beachten!**

Das Gericht, das den Mahn- und Vollstreckungsbescheid erlässt, prüft nicht, ob die Forderung zu Recht besteht – das müssen Sie selbst tun! Mit einem Einspruch können Sie sich gegen unrechtmäßig erlassene Bescheide wehren. Die vor Gericht unterlegene Partei trägt meist die Kosten des Verfahrens. Einspruch einzulegen ist nur dann sinnvoll, wenn die gestellten Forderungen nicht berechtigt sind.

Wichtige Briefe im Rahmen einer Titulierung oder Zwangsvollstreckung werden in gelben Briefumschlägen verschickt. Bewahren Sie auch den gelben Umschlag – wegen des Datums – auf!

Gläubiger leiten ein Mahnverfahren mit dem Ziel ein, einen Vollstreckungsbescheid zu bekommen, mit dem sie die Forderungen gegen Sie vollstrecken können. Alternativen zum Vollstreckungsbescheid sind ein notarielles Schuldanerkenntnis, ein Anerkenntnisurteil, ein Kostenfestsetzungsbeschluss oder der Bescheid einer öffentlichen Behörde. Alle haben die gleiche Wirkung: Der Gläubiger kann seine Forderung gegen Sie als Schuldner*in vollstrecken.

Kosten, die durch Titulierung (also durch die Bestätigung der Rechtmäßigkeit einer Forderung seitens des Gerichts) oder Zwangsvollstreckungsmaßnahmen entstehen, werden zunächst vom Gläubiger ausgelegt. Alle Kosten, die dem Gläubiger durch die Eintreibung der Forderung entstehen, sowie die Zinsen werden auf die ursprüngliche Forderung aufgeschlagen. Aus einer geringen Ursprungsforderung kann so schnell eine stattliche Summe werden. Um herauszufinden, ob und welches Vermögen Sie besitzen, kann Ihr Gläubiger durch Gerichtsvollzieher*innen eine Vermögensauskunft verlangen. Sie müssen dann Ihr Vermögen offenlegen. So erfährt der Gläubiger, welche Konten existieren, in welcher Art und Höhe Sie Einkommen beziehen und ob Auto, Haus, Lebensversicherung etc. vorhanden sind.

Da Schuldner*innen mit ihrem Vermögen haften, kann der Gläubiger einen Teil oder auch das gesamte Vermögen pfänden lassen:

- **Kontopfändung**

Ein Gläubiger kann Ihr Bankkonto pfänden. Nachdem die Pfändung bei Ihrer Bank eingegangen ist, wird Ihr Konto gesperrt. Sie haben dann maximal vier Wochen Zeit, Ihr Konto in ein Pfändungsschutz-Konto (P-Konto) umzuwandeln. Dazu müssen Sie einen entsprechenden Antrag bei Ihrer Bank stellen. Tun Sie das nicht, muss die Bank das Kontoguthaben an den pfändenden Gläubiger auszahlen.

**Achtung: Auch wenn Sie Sozialleistungen beziehen, muss Ihr Konto in ein P-Konto umgewandelt werden! Es gibt keinen automatischen Schutz für Sozialleistungen!**

Mit dem sogenannten P-Konto haben Sie automatisch einen Basisschutz: Einkommen dürfen nur gepfändet werden, wenn sie einen bestimmten Betrag, den Pfändungsfreibetrag, überschreiten. Innerhalb dieser Grenze können Sie frei über Ihr Geld verfügen. Beträge, die über den Pfändungsfreibetrag hinausgehen, werden an den Gläubiger überwiesen.

Der Freibetrag kann erhöht werden, wenn Sie gegenüber Ihrer Bank nachweisen, dass Sie unterhaltsverpflichtet sind oder dass Sozialleistungen für weitere Personen im Haushalt auf Ihr Konto eingehen. Bescheinigen können Ihnen dies Insolvenzberatungsstellen, Familienkassen, Rechtsanwaltskanzleien, Sozialleistungsträger oder Arbeitgeber*innen.

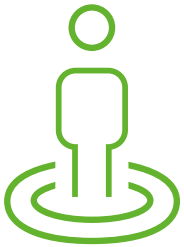
In Ausnahmefällen kann ein individueller Freibetrag festgesetzt werden. Den Beschluss oder Bescheid hierüber müssen Sie Ihrer Bank vorlegen.

- **Pfändung von Grundeigentum und beweglichen Sachen**

Auch Häuser, Grundstücke oder sogenannte bewegliche Sachen – beispielsweise die Briefmarkensammlung oder eine Digitalkamera – können gepfändet werden. Die gepfändeten Gegenstände werden versteigert. Die Pfändung und Versteigerung nimmt ein*e Gerichtsvollzieher*in vor. Vom Erlös der Versteigerung werden zunächst Ihre Schulden bezahlt. Bleibt ein Restbetrag übrig, wird der Ihnen überwiesen.

- **Lohnpfändung**

Gläubiger können auch beim Arbeitgeber den Lohn pfänden. Arbeitgeber*innen müssen dann den jeweils pfändbaren Betrag an den Gläubiger auszahlen. Dabei gelten die Pfändungsfreibeträge wie bei der Kontopfändung.



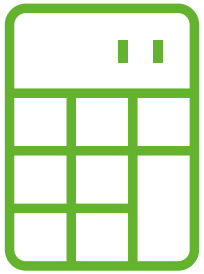
## Wie gelingt es mir, mit meinem Geld auszukommen?

1. **Legen Sie als Erstes fest, wie viel Geld Sie für welchen Lebensbereich ausgeben möchten. Nutzen Sie dafür den Haushaltsplan.**

2. **Überprüfen Sie kontinuierlich, ob Sie im Rahmen Ihrer Planung liegen. Sammeln Sie dafür alle Kassenzettel und ordnen Sie sie den entsprechenden Lebensbereichen zu.**

**Ausgaben planen**

Regelmäßig anfallende Kosten – ob monatlich, vierteljährlich oder nur einmal im Jahr – lassen sich gut einplanen. Mithilfe Ihrer Kontoauszüge können Sie diese Ausgaben zusammenstellen. Schwieriger wird es bei den Kosten für Essen und Trinken, für Rücklagen oder Freizeit. Hier ist es wichtig, dass Sie realistische Beträge einplanen. Oft hilft es, sich von einer Vertrauensperson unterstützen zu lassen. In den folgenden Monaten überprüfen Sie, ob Ihre geplanten Ausgaben passen oder ob Sie Verschiebungen zwischen den einzelnen Posten vornehmen müssen.



| **Haushaltsplan** | Monatlicher Betrag |
|---|---|
| Wohnen (Miete und alle Nebenkosten) | |
| Versicherungen und Verträge (Haftpflicht, Hausrat, Handyvertrag, ...) | |
| Tilgung (Kreditraten, Rückzahlung von Schulden, ...) | |
| Rücklagen (Reparaturen, Neuanschaffungen, Kleidung, ...) | |
| Zufriedenheit (das kleine Glück - siehe Seite 34)* | |
| **Summe** | |

Die Summe Ihres Haushaltsplans sollte genauso hoch sein wie Ihr monatliches Nettoeinkommen:

| **Haushaltsplan** | Monatlicher Betrag |
|---|---|
| Nettoeinnahmen<br>(Bruttoeinnahmen abzgl. Steuern und Krankenkassenbeiträge) | |
| minus (Summe Haushaltsplan) | |
| | 0,00 |

Falls Sie noch Geld übrig haben, nachdem Sie alle Positionen Ihres Haushaltsplans von Ihrem Nettoeinkommen abgezogen haben, können Sie die monatlichen Beträge für Ihre Rücklagen erhöhen und sich ein bisschen mehr gönnen.

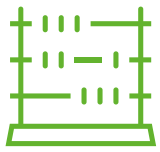
Kommt nach Abzug aller Positionen ein Minusbetrag heraus, müssen Sie Ihre Haushaltskosten etwas knauseriger planen. Besprechen Sie mit einer Vertrauensperson, an welchen Stellen Sie etwas einsparen könnten.

*** ZUFRIEDENHEIT (das kleine Glück)**

Vielleicht wundern Sie sich über diesen Posten in Ihrem Haushaltsplan. Doch besonders, wenn Sie Raten abzahlen und dadurch auf das eine und andere verzichten müssen, ist es wichtig, dass Sie sich kleine Vergnügungen gönnen. Ohne dies wird es schwer, längere Zeiträume für Rückzahlungen durchzustehen.
Auch wenn Geld selbst nicht glücklich macht, ermöglicht es Ihnen kleine Auszeiten, wenn Sie es klug einsetzen:

- Kaufen Sie Erlebnisse (z. B. Kino, Kaffeetrinken mit Freund*innen, Ausflüge etc.), keine Dinge!
- Kaufen Sie viele kleine Vergnügungen statt weniger großer!
- Denken Sie an die alltäglichen Konsequenzen Ihrer Entscheidungen! Schließlich können Sie jeden Euro nur einmal ausgeben.
- Lassen Sie sich auch mal von den guten Erfahrungen anderer inspirieren!

**Haushaltsplan überprüfen**
Wenn Ihr Haushaltsplan steht, sollten Sie kontinuierlich überprüfen, ob Sie mit Ihren Ausgaben im geplanten Rahmen liegen. Dazu ist es hilfreich, alle Kassenzettel aufzuheben – vom großen Familieneinkauf bis zur Kugel Eis ‚auf die Hand'. Die ordnen Sie dann den einzelnen Posten Ihrer Haushaltsplanung zu.





## Wie werde ich meine Schulden wieder los?

**Schrittweise raus aus den Schulden:**

1. **Haushaltsplan erstellen und Haushaltsbuch führen**
2. **Gegen die Glücksspielsucht aktiv werden**
3. **Was ist möglich – Zahlung oder Insolvenz?**

**Ratenzahlung oder Vergleich vereinbaren!** ⟷ **Ist es Ihnen nicht möglich, die Schulden abzuzahlen, muss über eine Verbraucherinsolvenz entschieden werden.**

**In jedem Fall hilfreich: Schuldnerberatungsstelle oder Rechtsanwalt bzw. Rechtsanwältin einschalten!**

Solange jemand noch nicht frei ist von der Glücksspielsucht, besteht die Gefahr, dass an einer Stelle Schulden reguliert werden, doch an anderen Stellen neue entstehen. Daher ist es am besten, sich parallel zur Schuldenregulierung auch um eine Beratung bzw. Behandlung der Glücksspielsucht zu kümmern.

Bevor die Schulden reguliert werden können, ist es notwendig, sich einen Überblick über die Ausgaben und Einnahmen zu verschaffen. Zusätzlich ist es hilfreich, ein Haushaltsbuch zu führen. Neben den altbewährten Ausgaben auf Papier gibt es auch Apps. Ins Haushaltsbuch bzw. in die Haushalts-App werden jeden Tag sämtliche Ausgaben eingetragen, also nicht nur der große Einkauf, sondern auch der Kaffee zwischendurch. Das macht zwar etwas Mühe, lohnt sich aber:
Sie bekommen einen Überblick, wo Ihr Geld bleibt!
Stellen Sie mit Haushaltsbuch oder App fest, dass Sie monatlich mehr Geld zur Verfügung haben als Sie ausgeben, können Sie einen Teil des Überschusses Ihren Gläubigern als Rate anbieten, um damit Ihre Schulden zu tilgen.

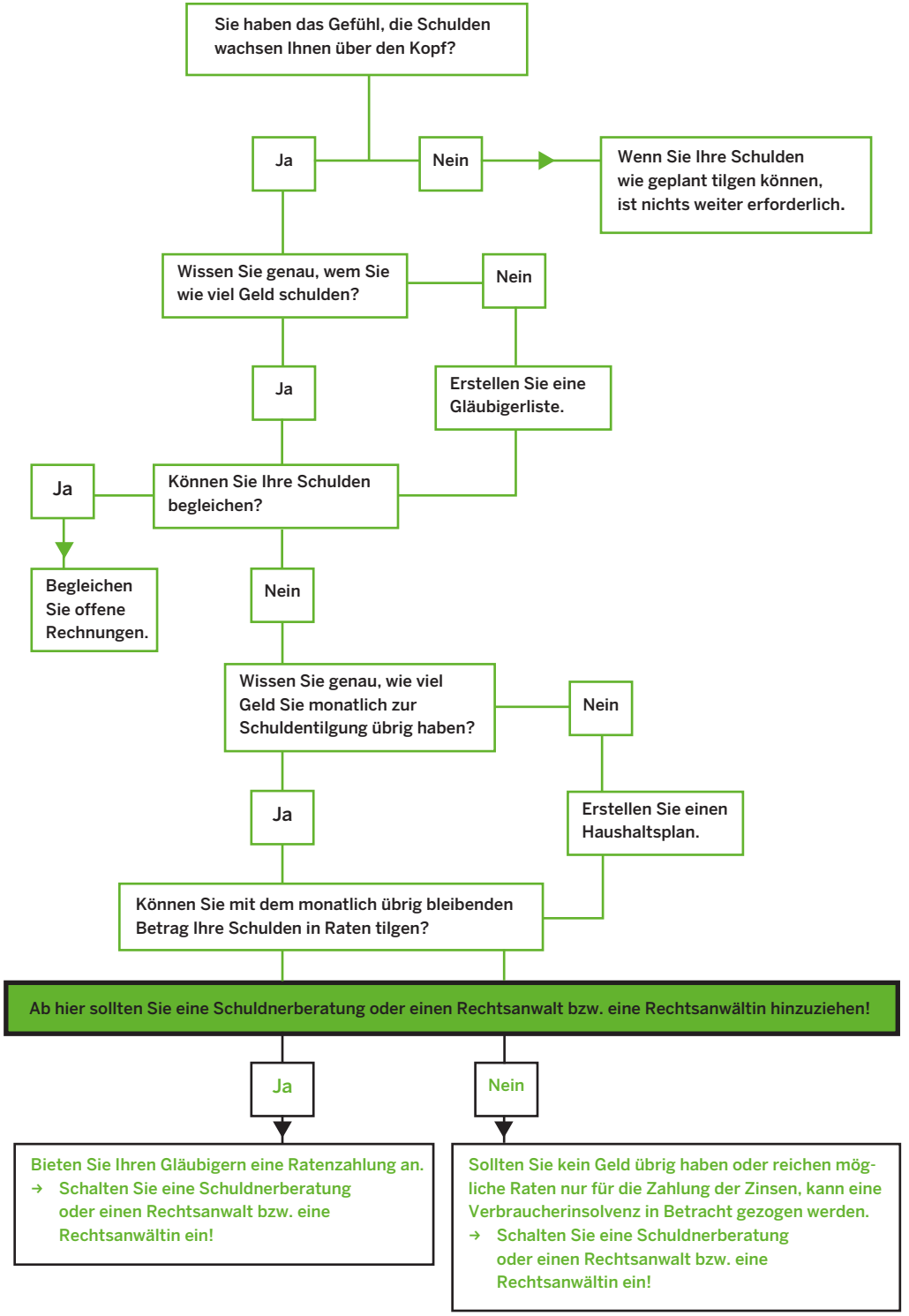
Wenn Ratenzahlungen vereinbart werden, können zusätzliche Gebühren anfallen. Auch die Zinsen für die Restschuld werden weiterhin berechnet.

Insbesondere, wenn Sie nur kleine Raten anbieten können, besteht die Gefahr, dass Sie lediglich die Zinsen abzahlen. In dem Fall ist es sinnvoll zu versuchen, mit dem Gläubiger einen Vergleich abzuschließen. Dabei verhandeln Gläubiger und Schuldner*in über die Möglichkeiten einer Schuldenregulierung. Bei diesen Verhandlungen ist es sinnvoll, sich von einer Schuldnerberatungsstelle oder einem Rechtsanwalt bzw. einer Rechtsanwältin unterstützen zu lassen. So können oft erhebliche Nachlässe herausgehandelt werden!

Schuldnerberatungsstellen oder Rechtsanwält*innen halten schriftlich fest, dokumentieren also, dass Sie versucht haben, eine Einigung mit Ihren Gläubigern zu erzielen. Das ist notwendig, damit Sie von einem Verbraucherinsolvenzverfahren Gebrauch machen können.

Sollten Ihre Schulden im Verhältnis zu Ihrem Einkommen so hoch sein, dass es Ihnen nicht möglich ist, sie in absehbarer Zeit abzuzahlen, kann ein Verbraucherinsolvenzverfahren in Betracht kommen. Ziel ist dabei, dass Sie nach spätestens sechs Jahren einen wirtschaftlichen Neustart machen können.

**Verbindlichkeiten aus vorsätzlich unerlaubten Handlungen – wie vorhandene Geldbußen, Schmerzensgeld oder Geldstrafen – werden durch eine Verbraucherinsolvenz nicht aufgehoben!**



## Wo finde ich Hilfe?

Schuldnerberatungsstellen: www.forum-schuldnerberatung.de

Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen und Kliniken:
**www.gluecksspielsucht-nrw.de**

Infoline Glücksspielsucht, kostenfrei und anonym: **0800 077 66 11**

Onlineberatung Glücksspielsucht: **www.kohle-weg.de**

Eine Schuldnerberatung hilft Ihnen bei der Regulierung Ihrer Schulden. Schuldnerberatung ist eine kommunale Aufgabe. Allerdings haben nur Personen, die Leistungen nach dem SGB II oder SGB XII beziehen, einen rechtlichen Anspruch auf kostenfreie Beratung. Viele Schuldnerberatungsstellen können auch anderen Überschuldeten kostenfreie Unterstützung anbieten. Ihre zuständige Schuldnerberatung finden Sie hier:

**www.forum-schuldnerberatung.de/adressen/adressen-schuldnerberatungsstellen**

Sie können beim örtlichen Sozialamt erfragen, welche Beratungsstellen öffentlich gefördert werden. Diese gehören meist einem der großen Wohlfahrtsverbände an.

Bei gewerblichen Schuldnerberatungsstellen ist oft nur das erste Gespräch kostenfrei!

Auch Rechtsanwält*innen bieten Schuldnerberatung an. Dort lässt sich meist schneller ein Termin vereinbaren. Häufig ist die Erstberatung kostenfrei. Mittellose Schuldner*innen haben die Möglichkeit, einen Beratungshilfeschein zu beantragen. Dies kann beim zuständigen Amtsgericht oder über den gewählten Rechtsanwalt bzw. die Rechtsanwältin erfolgen.

Wenn Sie gegen Ihre Glücksspielsucht aktiv werden wollen, stehen Ihnen Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen und Kliniken offen. Diese bieten kostenfrei verschiedene Therapien und Beratungen an. Geeignete Beratungsstellen, Kliniken und Selbsthilfegruppen finden Sie auf der Internetseite der Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht NRW **(gluecksspielsucht-nrw.de)**.



Wenn Sie mehr Hilfe bei der Suche nach der passenden Unterstützung wünschen, rufen Sie – kostenfrei und anonym – die Infoline Glücksspielsucht an: **0800 077 66 11**

Oder Sie wenden sich an die Onlineberatung Glücksspielsucht **(www.kohle-weg.de)**. Dort beraten Sie Expertinnen und Experten per Mail oder Chat.

Weitere Infos online:

**www.verbraucherzentrale.de**

**www.schuldnerberatung.de**

**www.schuldenhelpline.de**

**www.gluecksspielsucht.de**

LANDESKOORDINIERUNGSSTELLE

glücksspielsucht NRW

**Landeskoordinierungsstelle**
**Glücksspielsucht NRW**
Niederwall 51
33602 Bielefeld
Fon 0521_399 55 89_0
kontakt@gluecksspielsucht-nrw.de
www.gluecksspielsucht-nrw.de
www.gluecksspielsucht-nrw.de/onlineberatung
www.gluexxit.de
www.facebook.com/gluecksgriff.nrw
youtube: https://cutt.ly/kwoqkA7

**Infoline Glücksspielsucht NRW**
**- Kostenlos und anonym -**

**0800 - 077 66 11**
**Beratung in deutscher Sprache**

**0800 - 326 47 62**
**Beratung in türkischer Sprache**