

TAR SPILLINGEN OVER LIVET DITT?



**SPILLAVHENGIGHET
NORGE**

Kontakt

Tlf: 477 00 200

kontakt@spillavhengighet.no

www.spillavhengighet.no



Har du noen gang løyet for dine nærmeste om hvor mye du spiller?
Spilt for mer enn du har råd til?
Forsøkt å redusere spillingen uten å ha klart det?
Ta kontakt med noen og snakk om situasjonen din.

Du er ikke alene, vi er mange som sliter med spilleavhengighet.

HINDRINGER MINSKER SJANSEN FOR TILBAKEFALL:

Frivillig kredittsperre ordner du ved å kontakte følgende selskap:

www.evry.no

www.experian.no

www.bisnode.no

www.creditsafe.no

Gamban vil blokkere enhetene dine for spillsider.
Snakk med oss om Gamban, vi kan hjelpe deg.

Kontakt banken din.
Få bankkort uten tilgang til netthandel.

Sperring av spillekontoer kan oppleves triggende.
Du kan da spørre en pårørende om hjelp til å sperre spillekontoene.
Ved å bytte telefonnummer og e-postadresse kan du unngå direkteklame fra spillselskapene.



Inkluder pårørende!

www.spillavhengighet.no

Økonomien er ofte vanskelig å håndtere alene.
Har du noen som kan overta styringen av økonomien?
Få oversikt over gjeld og lag budsjetter.
Vi har informasjon om gjeldshåndtering som kan hjelpe deg.

Bytt ut tiden du tidligere har brukt på spill.
Når du slutter blir det mye tid til overs.
Denne tiden kan brukes på andre ting som er viktig for deg,
gjør deg glad og som kan gi deg en god dose selvtillit.

Behandling er ett av de viktigste tiltakene for å bli spillefri.
Kontakt fastlegen din for å få en henvisning til behandling.

Vi kan hjelpe deg! Ta en uforpliktende prat med oss på
telefon 477 00 200. Vi kan avtale et individuelt møte,
informere deg om gruppetilbud og du kan få snakke med
noen som har vært i din situasjon.

Vi har ingen ventetid og alle våre tilbud er gratis!

**”Etter å ha møtt andre i samme situasjon,
turte jeg endelig å åpne meg for familien min”**

Søk hjelp i dag!

