



**De Kansspelcommissie beschermt de spelers**

FOD JUSTITIE

♠ | ♦ | ♣ | ♥ |  
**KANSSPEL  
COMMISSIE**

[www.gamingcommission.be](http://www.gamingcommission.be)

# GOKKEN... Wat is jouw inzet?

## Hoe ermee stoppen? Het kennen van uw limieten...

Gokken is in de eerste plaats een vorm van vermaak, maar het kan ook leiden tot heel wat problemen. In dat geval wordt het een noodzakelijk onderdeel van je leven, een ware drug, waarbij je de totale controle over de situatie verliest. Met deze folder willen we niet alleen preventief optreden, maar ook verslaafde gokkers een hart onder de riem steken en hen eraan herinneren dat zij er niet alleen voor staan. Er zijn steeds mensen waarop zij kunnen rekenen.

Het team van de Kansspelcommissie.



### Tips

om het spelen leuk te houden:

Door rekening te houden met deze tips, kan je het spel leuk houden voor jezelf en je medemens. In elk geval zal gokken nooit de oplossing bieden voor jouw financiële, familiale of andere problemen. Integendeel, ze zullen enkel erger worden. Blijven spelen zal ook jouw speelschulden niet oplossen.

- Probeer met jezelf op voorhand uit te maken **hoeveel geld** je wil verspelen en **hoelang** je zal spelen;
- Wees er voortdurend van bewust **hoe vaak** je speelt en hoeveel tijd het je kost;
- Probeer je opgelopen **verliezen niet terug te winnen**;
- Speel je **volledige winst niet op**;
- Hou voor ogen dat je uiteindelijk steeds **meer zal verliezen dan je zal winnen**.



### Verslaving

Wanneer ben je verslaafd?

Gokverslaafd word je niet van de ene dag op de andere. Je krijgt het langzamerhand steeds moeilijker om het gokduiveltje onder controle te houden. In het begin ervaar je spelen als een leuk tijdverdrijf. Al snel heb je steeds meer geld nodig om te gokken en besteed je er meer tijd aan. Geleend geld moet terugbetaald worden en familie en vrienden moeten wijken voor het gokken.

Hoewel je het niet onmiddellijk merkt, word je er afhankelijk van en wordt het een obsessie. Ook al krijg je er al eens een opmerking over, toch doe je voort. Maar je kan je verloren geld niet terugwinnen!

Gokken wordt jouw enige interessepunt. Het spel isoleert je van de buitenwereld en veroorzaakt problemen (financieel, gezondheid). Je verliest je levenslust. Pathologisch gokken werd door de Wereld Gezondheidsorganisatie erkend als ziekte in 1980. De Kansspelcommissie heeft op 1 januari 2016 reeds meer dan 24.300 mensen geholpen door een gokverbod op vrijwillige basis uit te spreken.



### Test

Gok jij te veel?

Om na te gaan of je spelgedrag mogelijk ook een invloed heeft op jouw gezondheid, kan je onderstaande test invullen. Doe dit voor jezelf zo eerlijk mogelijk.

- 1 Soms voel ik mij na het gokken gespannen of neerslachtig.  **JUIST**  **FOUT**
- 2 Soms voel ik mij schuldig over mijn gokgedrag.  **JUIST**  **FOUT**
- 3 Als ik er over nadenk, heeft gokken mij al eens moeilijkheden opgeleverd.  **JUIST**  **FOUT**
- 4 Soms denk ik dat het beter is om niet aan anderen, vooral niet aan mijn familie, te vertellen hoeveel tijd en geld ik spendeer aan gokken.  **JUIST**  **FOUT**
- 5 Regelmatig merk ik dat al mijn geld op is als ik stop met gokken.  **JUIST**  **FOUT**
- 6 Vaak heb ik de neiging opnieuw te gaan gokken, om zo het geld terug te winnen dat ik eerder verloren heb.  **JUIST**  **FOUT**
- 7 Ja, ik heb in het verleden wel eens kritiek gekregen over mijn gokgedrag.  **JUIST**  **FOUT**
- 8 Ja, ik heb al eens geprobeerd geld te winnen om schulden te betalen.  **JUIST**  **FOUT**

### Conclusie

Deze "EIGHT-test" is ontwikkeld door Sean Sullivan (1999).

Indien je 4 keer of meer «ja» hebt geantwoord, dan kan dit wijzen op een probleem. De test kan een verschillend resultaat geven afhankelijk van of je het invult vanuit hoe het vroeger was of hoe het nu is. Indien je denkt dat gokken misschien een negatieve invloed op je gezondheid heeft, dan kan je hierover best eens praten met je huisarts, een vertrouwenspersoon, of je kan contact opnemen met een hulpverleningsinstantie in jouw buurt.



## Adressen

### Waar kan je terecht?

Je kan je problemen steeds bespreken met jouw huisarts. Verder kan je terecht in de volgende centra:

#### Centrum Geestelijke Gezondheidszorg VAGGA

Boomgaardstraat 7 - 2018 ANTWERPEN - Tel: 03/285.95.60 - Mail: [cgg@vagga.be](mailto:cgg@vagga.be) - [www.vagga.be](http://www.vagga.be)

#### VGGZ CAD Limburg

Salvatorstraat 25 - 3500 HASSELT - Tel: 011/27.42.98 - Mail: [info@cadlimburg.be](mailto:info@cadlimburg.be) - [www.cadlimburg.be](http://www.cadlimburg.be)

#### Psychiatrisch Ziekenhuis Sint-Amandus

Reigerlostraat 10 - 8730 BEERNEM - Tel: 050/79.95.00

#### Werkgroep tegen Gokverslaving VZW

Hazeveld 5 - 1600 SINT-PIETERS-LEEUV - Tel: 02/532.58.26 - Gsm: 0495/69.00.24

#### CGGZ Brussel Houba

Houba de Strooperlaan 136 - 1020 BRUSSEL - Tel: 02/478.90.90

#### Vereniging voor de preventie van gokverslaving

Artesiëstraat 16 - 1000 BRUSSEL - Tel: 02/514.02.08

Een procedure tot uitsluiting door een belanghebbende derde bestaat ook.  
Voor meer inlichtingen hierover, neem contact op met de Kansspelcommissie.



## Hulp

**Telefonische hulp** : Voor telefonische hulp kan je steeds terecht op het gratis nummer van **SOS GOKKEN: 0800/35.777**. Het nummer is 24u/24, 7d/7 bereikbaar.

Verder kan je terecht op de nummers van:

- Teleonthaal: 106 in alle vertrouwen, 24u/24
- De Druglijn: 078/15.10.20
- Gokinfo: 0800/30.403

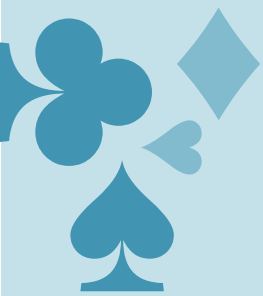
**NIEUW**

**Online hulp** : U wilt uw gokconsumptie onder controle houden?

Surf naar de site en neem deel aan het hulpprogramma : [www.gokhulp.be](http://www.gokhulp.be) (bereikbaar in oktober 2012)

- Gokkliniek : [www.gokkliniek.be](http://www.gokkliniek.be) (heeft ook een zelfhulp programma)
- VAD vzw.: [www.druglijn.be/aan-de-slag/per-drug.aspx#Gokken](http://www.druglijn.be/aan-de-slag/per-drug.aspx#Gokken)
- Anonieme Gokkers: [www.wtgv.be](http://www.wtgv.be)

Op [www.gamingcommission.be](http://www.gamingcommission.be), onder de rubriek "Bescherming van de speler", vindt u inlichtingen over hulpcentra in uw regio.



# Toegangsverbod- formulier

## AANVRAAGFORMULIER VOOR TOEGANGSVERBOD TOT CASINO'S EN SPEELAUTOMATEN- HALLEN, OOK ONLINE.

Met dit formulier kan je een toegangsverbod aanvragen tot alle casino's (klasse I) en speelautomatenhallen (klasse II) in België, ook online. Dit kan je helpen bij jouw strijd tegen de gokverslaving. Een procedure tot uitsluiting door een belanghebbende derde bestaat ook. Voor meer inlichtingen hierover, neem contact op met de Kansspelcommissie.

- 1** Vul de achterkant van dit formulier volledig en duidelijk in.
- 2** Voeg er een kopie (voor- en achterkant) van jouw identiteitskaart of van een officieel identiteitsdocument van jouw land van herkomst aan toe.
- 3** Stuur alles op naar volgend adres:  
FOD Justitie - Kansspelcommissie  
Kantersteen 47 - 1000 Brussel

Uw persoonsgegevens zullen opgenomen worden in een databank die beheerd wordt door de FOD Justitie. Overeenkomstig de wet van 8 december 1992 betreffende de bescherming van de persoonlijke levenssfeer, kan u uw gegevens steeds raadplegen, verbeteren of schrappen. Ze kunnen in geen geval worden overgemaakt aan derden. Dit document werd opgesteld conform artikel 54 §3.1 van de wet van 7 mei 1999.

**Vergeet geen kopie van  
uw identiteitskaart toe te voegen!**

Naam	<input type="text"/>		
Voorna(a)m(en)	<input type="text"/>		
Straat	<input type="text"/>		
Nr	<input type="text"/>	Bus	<input type="text"/>
Postcode	<input type="text"/>		
Gemeente	<input type="text"/>		
Land	<input type="text"/>		
Geboortedatum	<input type="text"/>		
Geboorteplaats	<input type="text"/>		
Nationaliteit	<input type="text"/>		
Rijksregister- nummer	<input type="text"/>		

### Verklaring

Ik, ondergetekende,

vraag de Kansspelcommissie om me de toegang te ontzeggen tot alle casino's en speelautomatenhallen, ook online.

Datum, Handtekening,

### Te sturen naar:

Kansspelcommissie - Kantersteen 47, 1000 Brussel