



**DU WIRST DEINE GRÜNDE HABEN, WARUM DU  
SPIELST.  
WAS KÖNNTEST DU DENN SONST TUN?**

Nimm dir Zeit, um darüber nachzudenken, was dir früher wichtig war oder was du Neues in Angriff nehmen könntest. Denke dir alternative Tätigkeiten aus. Was könntest du sonst tun ausser spielen?

**Bitte wählen Sie aus der unten stehenden Liste für Sie passende Alternativen aus.**



Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltenssuchte, Zürich

in Zusammenarbeit mit:  
SOS-Spielsucht  
und

VJPS Fachstelle für Gesundheitsförderung, Prävention und Suchtberatung