



Pelaatko liikaa?
Soita 0800 100101
www.peluuri.fi

Voit soittaa maksutta
ja nimettömänä.
Arkisin klo 12–18.

Spelar du för mycket? Ring 0800 100 101
Du kan ringa kostnadsfritt och anonymt.
Öppen måndagar kl. 12–18 på svenska.

Tietoa ja tukea peliongelmassa

Peliongelmaan kannattaa aina suhtautua vakavasti. Peluuri on valtakunnallinen palvelu pelaajille, heidän läheisilleen ja työssään peliongelmaa kohtaaville. Peluurin auttava puhelin tarjoaa tietoa ja tukea kaikessa peliongelmaan liittyvässä. Puhelinpalvelu on auki arkisin klo 12–18 ilmaisnumerossa 0800 100 101.

Lisätietoa ja apua löydät Peluurin kotisivuilta osoitteesta **www.peluuri.fi**.

Sivustolta saat mm.

- vinkkejä pelaamisen rajoittamiseen,
- tietoa hoito- ja tukimahdollisuuksista,
- tietoa ja materiaalia peliongelmosta ja
- faktaa suomalaisesta rahapelaamisesta.

Samalla sivustolla palvelevat myös

- Peluurin **eNeuvonta**, jossa voit esittää kysymyksesi internetin kautta,
- keskustelufoorumit **Valtti** ja **Tuuletin**, jotka tarjoavat vertaistukea ongelmapelaajille ja heidän läheisilleen,
- **Pelivoimapiiri**, vertaistukea tekstiviestein sekä
- **Peli poikki**, joka on uudenlainen verkossa toimiva palvelu peliongelmanhoitoon.

Peluurin palvelun tuottavat
A-klinikkasäätiö ja Sininauhaliitto.



Liikaa pelissä?

- Pelaatko usein enemmän kuin olit aikonut?
- Lainasitko rahaa, jotta voit pelata?
- Onko sinun vaikea kertoa pelaamisestasi läheisillesi?
- Jos häviät, yritätkö usein voittaa rahat takaisin pelaamalla?
- Tuletko ärtyneeksi, jos et pääse pelaamaan?
- Pinnasitko opinnoista tai töistä pelaamisen takia?

Jos vastaat myöntävästi useampaan kuin yhteen näistä kysymyksistä, sinulla on jo ongelmia pelaamisesi hallinnassa. Jo yksikin myöntävä vastaus voi olla merkki siitä, että pelaamisesta on muodostumassa sinulle ongelma.

Suomessa on kymmeniä tuhansia ihmisiä, jotka kokevat ongelmia rahapelien pelaamisen kanssa. Peluri auttaa vuosittain yli tuhatta pelaajaa ja satoja heidän läheisiään.



Pelaaminen on mukava ajanviette

Raha-automaatit, vedonlyönti, pokeri ja toto – rahapelit ovat mukavaa ajanvietettä ja niistä saa jännitystä elämään. Voit ehkä haaveilla suuresta voitosta ja mitä tekisit sillä. Elämää ei silti pidä rakentaa rahapelien varaan. Useimmat meistä muistavatkin ottaa pelaamisen viihteenä ja pitää pelikassan kurissa. Jos kuitenkin homma karkaa käsistä, on apua saatavilla.

Apua myös ongelmapelaajan läheisille

Kun pelaaminen on liiallista, se aiheuttaa monia ongelmia niin pelaajalle kuin hänen läheisilleenkin. Tutkimusten mukaan peli-ongelma vaikuttaa 5–10 henkilöön pelaajan lähellä. Se voi ääritapauksissa johtaa vakaviin seurauksiin, kuten avioeroon tai perheen konkurssiin. Läheisten on usein vaikea saada pelaaja näkemään oma tilanteensa, tunnustamaan ongelmansa ja hakemaan apua. Peluuri neuvoo ja auttaa myös pelaajien läheisiä.