

GLÜCKSSPIELSUCHTPRÄVENTION UND BERATUNG VOR ORT:

GLÜCKSSPIEL SPIELSUCHT

Prävention und Beratung in Niedersachsen

GLÜCKSSPIEL SPIELSUCHT SCHULDEN SCHULDEN

Ammerland

Fährweg 2 · 26160 Bad Zwischenahn
Telefon 04403 3179
fs-sucht-ammer@diakonie-ol.de

Aurich

Marktpassage 13a · 26603 Aurich
Telefon 04941 67967
aurich@drobs.info

Barsinghausen

Breite Straße 14
30890 Barsinghausen
Telefon 05105 515855
drobs.hannover@step-hannover.de

Braunschweig

Peter-Joseph-Krahe-Straße 11
38102 Braunschweig
Telefon 0531 8892060
fa-braunschweig@lukas-werk.de

Celle

Fritzenwiese 7 · 29221 Celle
Telefon 05141 9090350
psb.celle@evlka.de

Cloppenburg

Am Capitol 4 · 49661 Cloppenburg
Telefon 04471 85960
spielsucht@suchtberatung-cloppenburg.de

Delmenhorst

Scheunebergstraße 41
27749 Delmenhorst
Telefon 04221 14055
info@drob-delawo-ol.de

Diepholz

Postdamm 4 · 49356 Diepholz
Telefon 05441 987920
suchtberatung.dw.diepholz@evlka.de

Dissen

Robert-Koch-Straße 1 · 49201 Dissen
Telefon 05421 932332
info@suchtberatungsstelle.de

Emden

Ringstraße 18 · 26721 Emden
Telefon 04921 23466
emden@drobs.info

Emsland - Nord

Markt 31-33 · 49716 Meppen
Telefon 05931 886380
Sucht.Mep@caritas-os.de

Emsland - Süd

Bögenstraße 7 · 49808 Lingen
Telefon 0591 8004112
dw-lingen@diakonie-emsland.de

Goslar

Lindenplan 1 · 38640 Goslar
Telefon 05321 393620
fa-goslar@lukas-werk.de

Göttingen

Schillerstraße 21 · 37083 Göttingen
Telefon 0551 72051
suchtberatung.goettingen@evlka.de

Hameln

Münsterkirchhof 10 · 31785 Hameln
Telefon 05151 7667
info@suchtberatung-hameln.de

Hannover - Region

Odeonstraße 14 · 30159 Hannover
Telefon 0511 7014644
drobs.hannover@step-hannover.de

Hannover - Stadt

Burgstraße 10 · 30159 Hannover
Telefon 0511 3687142
gluecksspiel@hannover-suchtberatung.de

Hildesheim

Pfaffenstieg 12 · 31134 Hildesheim
Telefon 05121 1677230
suchthilfe@caritas-hildesheim.de

Jever

Kostverloren 2 · 26441 Jever
Telefon 04461/ 91 36 50
sbb-jever@parlos.de

Leer

Bahnhofsring 12 · 26789 Leer
Telefon 0491 2212
leer@drobs.info

Lüneburg

Heiligengeiststraße 31
21335 Lüneburg
Telefon 04131 684460
drobs.lueneburg@evlka.de

Oldenburg - Stadt

Bloherfelder Straße 7
26129 Oldenburg
Telefon 0441 72051
fs-sucht-ol@diakonie-ol.de

Oldenburg - Land

Fährweg 2
26160 Bad Zwischenahn
Telefon 04403 3179
fs-sucht-ammer@diakonie-ol.de

Osnabrücker Land

Am Kasinopark 13
49124 Georgsmarienhütte
Telefon 05401 3658710
info@suchtberatungsstelle.de

Osnabrück - Stadt

Johannisstraße 91
49074 Osnabrück
Telefon 0541 341404
sucht.os@caritas-os.de

Peine

Telefon 0151 24255403
drobs-braunschweig@paritaetischer.de

Rotenburg/Wümme

Große Straße 28-30
27356 Rotenburg
Telefon 04261 840472
info@suchtberatung-row.de

Salzgitter

Telefon 0151 24255403
drobs-braunschweig@paritaetischer.de

Springe

Pastor-Schmedes-Straße 5
31832 Springe
Telefon 05041 970638
suchtberatung.springe@evlka.de

Stade

Steile Straße 19 · 21682 Stade
Telefon 04141 999319
info@suchtkrankenhilfe-stade.de

Sulingen

Amselweg 6 · 27232 Sulingen
Telefon 04271 1400
suchtberatung.dw.diepholz@evlka.de

Wesermarsch - Landkreis

Bloherfelderstraße 7
26129 Oldenburg
Telefon 0441 72051
fs-sucht-ol@diakonie-ol.de

Varel

Bahnhofstraße 6 · 26316 Varel
Telefon 04451 96420
sbb-varel@parlos.de

Wolfsburg

Dieselstr. 20 · 38446 Wolfsburg
Telefon 05361 27900
gluecksspiel@drogenberatung-wolfsburg.de

Kostenfrei,
vertraulich
und auf
Wunsch
anonym!



Niedersächsische Landesstelle
für Suchtfragen

Podbielskistraße 162
30177 Hannover
Telefon 0511 626266-0
info@nls-online.de
www.nls-online.de

Das Projekt wird gefördert von:
Niedersächsisches Ministerium
für Inneres und Sport
©fotolia/Gina Sanders

Was mache ich mit
meinen Schulden?



Schulden – was tun? Schuldnerberatung

Allgemeine Tipps und Hinweise

Wenn Ihnen Ihr Schuldenberg über den Kopf gewachsen ist und Sie ohne Rat und Unterstützung nicht mehr weiter kommen, sollten Sie einen Termin bei einer Schuldnerberatung vereinbaren (Suche z. B. bei www.forum-schuldnerberatung.de).

Leider kann vielfach kein zeitnaher Termin für ein Erstberatungsgespräch angeboten werden. Aufgrund der hohen Nachfragen lassen sich Wartezeiten oft nicht vermeiden.

Diese Wartezeit können Sie nutzen, um sich für das Erstgespräch vorzubereiten, so dass ein rascher und zielgerichteter Einstieg in die Schuldnerberatung möglich ist.

Miete und Energiekosten haben Vorrang

Achten Sie darauf, dass Sie immer Ihre Miete und die Energiekosten bezahlen, damit hier kein Rückstand entsteht.

Wartezeit – was Sie jetzt schon tun können

Erst einmal Ordnung schaffen und alle vorhandenen Unterlagen sortieren.

- ▶ Erstellen Sie eine Aufstellung über alle monatlichen Einnahmen und festen Ausgaben.
- ▶ Ordnen Sie alle vorhandenen Schuldenunterlagen (Darlehensverträge, Rechnungen, Kaufverträge, Forderungsaufstellungen, Mahn-, Pfändungs- und Vollstreckungsbescheide).
- ▶ Heften Sie die Unterlagen in zeitlicher Reihenfolge ab: oben das aktuellste Schreiben, dann absteigend die älteren Unterlagen.
- ▶ Versuchen Sie, eine Schuldenaufstellung zu erarbeiten.

- ▶ Vereinbaren Sie keine neuen Umschuldungen, Kreditaufnahmen oder Ratenzahlungen.
- ▶ Prüfen Sie eingehende Mahn- oder Vollstreckungsbescheide (im gelben Kuvert vom Amtsgericht) auf ihre Berechtigung.
- ▶ Unterschreiben Sie oder Ihr Partner keine Zahlungsvereinbarungen mit Inkassobüros und keine Schuldanerkenntnisse.
- ▶ Aufforderungen zur Abgabe der Eidesstattlichen Versicherung sollten unbedingt wahrgenommen werden. Bei Fragen steht Ihnen die Schuldnerberatung zu den Sprechzeiten zur Verfügung.

Geld – Konto – Pfändung

Beantragen Sie bei Ihrem Kreditinstitut ein Girokonto für jedermann auf Guthabenbasis. Dieses Konto darf nur im positiven Bereich geführt werden und es gibt keine Überziehungsmöglichkeit.

Ist Ihr Konto bereits gepfändet, sollten Sie bei Ihrer Bank unbedingt ein sogenanntes Pfändungsschutzkonto (P-Konto) einrichten. Das P-Konto ist die einzige Möglichkeit Ihr Geld zu schützen.

Sie haben einen Anspruch darauf, dass ein bestehendes Girokonto in ein solches P-Konto umgewandelt wird. Hierfür müssen Sie einen persönlichen Antrag bei der kontoführenden Bank stellen. Die Bearbeitungsfrist bei der Bank liegt bei maximal 3 Geschäftstagen. Die Umwandlung in ein P-Konto können Sie auch noch beantragen, wenn Ihr Girokonto bereits gepfändet ist.

Unter Mitarbeit von Stefan Matwijiszyn, Diakonie im Braunschweiger Land
gemeinnützige GmbH, Kreisstelle Goslar

Wie läuft eine Schuldnerberatung ab?

- ▶ Das Erstgespräch dient vorrangig dazu, einen Überblick über die Haushaltssituation sowie über die Schuldensituation zu erhalten.
- ▶ Ziel ist es dabei, die Existenz zu sichern. Der Haushalt muss so eingestellt sein, dass der notwendige Lebensunterhalt gewährleistet werden kann.
- ▶ Die Schuldnerberatung prüft Einnahmen und gibt Rat zum Ausgabeverhalten. Sie kann z. B. die Berechtigung von Sozialleistungen prüfen und empfehlen, entsprechende Anträge zu stellen. Ebenso gibt sie Rat zu Einsparungen bei Ausgabe-positionen (Rat, nicht Zwang und Vorschrift!).
- ▶ Schuldnerberatung prüft die Berechtigung von Forderungen anhand der vorhandenen Informationen. Sie setzt Prioritäten, d. h. welche Schulden sind vorrangig vor anderen (z. B. haben Schulden beim aktuellen Vermieter eine besondere Bedeutung, da Wohnungsverlust drohen kann).
- ▶ Schuldnerberatung informiert zum Umgang mit Gläubigern und deren Rechtsanwälten und Inkassos.
- ▶ Schuldnerberatung prüft individuell Regulierungsmöglichkeiten (z. B. Insolvenz). Sie prüft Machbarkeit und Sinnhaftigkeit einzelner Maßnahmen.

Grundsätze der Schuldnerberatung:
Vertraulichkeit,
Verschwiegenheit,
Freiwilligkeit

Weitere Infos und Hilfen unter
www.schuldnerberatung.de