

## **Artikel von Gamban – Deutsche Version**

Gamban ist eine Software, die alle Formen von Online-Glücksspiel auf deinen Geräten blockiert. Die Liste wird regelmäßig aktualisiert, um auch neue Plattformen zu erfassen, einschließlich solcher, die unlistet oder im Schwarzmarkt tätig sind.

Mit einer Lizenz kann Gamban auf allen deinen Geräten auf allen gängigen Plattformen installiert werden, sodass du darauf zählen kannst, wenn der eigene Wille mal nachlässt. Die Installation von Gamban hat keine Auswirkungen auf andere Nutzer im Netz - sie werden nicht sehen, dass es verwendet wird. Unsere App arbeitet in der Regel mit minimalem Ressourcenverbrauch, um Leistungsprobleme zu vermeiden.

Zur Registrierung bei uns benötigen wir weder eine Bonitätsprüfung noch eine Identitätsverifizierung - der Vorgang ist vollständig anonym.

Wir bieten jetzt monatliche und jährliche Zahlungsmöglichkeiten an, die sich an Personen richten, die eine Pause vom Glücksspiel einlegen möchten. Mit dieser Option können ALLE Geräte mit einer einzigen Lizenz geschützt werden, die bei Bedarf auf einen längeren Zeitraum verlängert werden kann.

Während Gamban noch nicht auf Deutsch verfügbar ist, haben wir einen Kundensupport-Agent, der fließend Deutsch spricht und bei der Installation hilft.

Wir empfehlen außerdem, diese Ressourcen für zusätzlichen Schutz in Betracht zu ziehen:

### **Check Dein Spiel**

Bietet ein Selbstbewertungs-Tool zur Einschätzung des Glücksspiel-Risikos sowie Informationen darüber, wie man Hilfe finden kann.

Website: <https://www.check-dein-spiel.de/>

### **BIÖG - Bundesfachverband für Glücksspielsucht e.V. - Telefonberatung Glücksspielsucht**

Kostenloser telefonischer Beratungsdienst für Personen, die von Glücksspielsucht betroffen sind.

Telefon: **0800 1 37 27 00**

Öffnungszeiten: **Montag - Donnerstag 10:00 - 22:00, Freitag - Sonntag 10:00 - 18:00**

Website: [www.bioeg.de/service/infotelefone/gluecksspielsucht/](http://www.bioeg.de/service/infotelefone/gluecksspielsucht/)

## **Fachverband Glücksspielsucht e. V. (FAGS)**

Koordiniert Selbsthilfegruppen in Deutschland für Personen mit Glücksspiel Problemen.

Website: [www.gluecksspielsucht.de](http://www.gluecksspielsucht.de)

## **Automatisch-Verloren.de**

Kostenloser anonymer telefonischer Beratungsdienst.

Telefon: **040 23 93 44 44**

Website: [www.automatisch-verloren.de](http://www.automatisch-verloren.de)

## **Landeskoordinierungsstellen Glücksspielsucht - Bundesweit gegen Glücksspielsucht**

Ein nationales Portal, das Beratungszentren, Therapieanbieter und lokale Hilfsdienste in ganz Deutschland auflistet.

Website: [www.bundesweit-gegen-gluecksspielsucht.de](http://www.bundesweit-gegen-gluecksspielsucht.de)

Viele Banken arbeiten inzwischen an Lösungen, um ihren Kunden zu helfen, ihre Ausgaben für Glücksspiele zu beschränken, und bieten Systeme an, mit denen Kunden Zahlungen an bestimmte Einzelhändler, einschließlich Glücksspielanbieter, abschalten können.

---

## **Anzeichen, dass du Gamban brauchst**

Einige häufige Anzeichen für Spielsucht sind:

### **Größere, riskantere Wetten setzen**

Ein Gelegenheits-Glücksspieler gibt vielleicht einen Teil seines verfügbaren Einkommens für Glücksspiel Aktivitäten aus. Wenn die Verluste jedoch mehr werden, als er bereit ist auszugeben, hört er auf. Spielsucht ist oft durch die Unfähigkeit gekennzeichnet, das Glücksspiel zu kontrollieren oder zu stoppen, auch nachdem mehr verloren wurde, als man sich leisten kann – in der Regel, um Verluste zu jagen.

### **Schuldgefühle nach dem Spielen**

Neben den anfänglichen Gefühlen der Traurigkeit nach Verlusten, kann jemand mit einer Spielsucht auch depressiv werden und Gefühle von Scham und Schuld empfinden.

### **Spielen als Ablenkung von anderen Problemen**

Wie andere Formen der Sucht wird zwanghaftes Glücksspiel manchmal genutzt, um negative Emotionen zu maskieren und von den Stressfaktoren des Lebens abzulenken. Auch wenn Glücksspiel verwendet wird, um vor negativen Gefühlen zu flüchten, hat das Glücksspiel negative emotionale Auswirkungen.

## **Glücksspielgewohnheiten verbergen**

Lügen, um eine Sucht und ihr Verhalten zu verbergen, ist ein zentrales Symptom der Suchtproblematik, auch bei Glücksspielsucht. Der Drang, weiter zu spielen, kann so stark werden, dass die Person alles tun würde, um den nächsten Einsatz zu tätigen - das schließt auch Lügen ein, um zu verbergen, wo sie ist, was sie tut und was mit ihrem Geld passiert ist.

## **Soziale Isolation**

Spielsucht kann so viel Zeit in Anspruch nehmen, dass wichtige Ereignisse und Verpflichtungen verpasst werden. Glücksspiele während der Arbeitszeit, wenn man eigentlich schlafen sollte oder wenn man Zeit mit der Familie verbringen könnte, sind ebenfalls Anzeichen einer Sucht.

## **Starke Dränge zu spielen**

Sucht führt dazu, dass Menschen ständig an ihre vergangenen Spielerfahrungen denken und nur noch das nächste Mal, wenn sie wetten können, im Kopf haben. Auch wenn es notwendig wäre, sich auf alltägliche Dinge zu konzentrieren, fällt es schwer, an etwas anderes zu denken.

---

## **Was blockiert Gamban?**

- Poker
- Casinos
- Sportwetten (Sportwetten Anbieter)
- Tischspiele
- Esports-Wetten
- Skins-Gambling
- Soziale Casinos
- Hanselsplattformen
- Glücksspiel-Partnerseiten, die Glücksspiel bewerben oder fordern

---

## **Was blockiert Gamban NICHT?**

- Werbung
- Investitions-Websites
- Loot Boxes

---

## **Kann ich auswählen, was blockiert wird?**

Es ist nicht möglich, auszuwählen, welche Inhalte blockiert werden. Alle Glücksspiel-Inhalte werden nach der Installation von Gamban blockiert. Wir empfehlen dringend, alle Assets, die du auf einem der oben genannten Konten hältst, vor der Installation von Gamban abzuheben.

Falls du eine Seite gefunden hast, die deiner Meinung nach blockiert werden sollte, lass es uns bitte wissen, indem du unserem Kundensupport eine E-Mail an [support@gamban.com](mailto:support@gamban.com) schickst.

---

## Verfügbare Plattformen

- Windows - Jeder Windows-Computer mit Windows 7 oder neuer
  - Mac - Jeder Mac-Computer mit macOS 10.10 oder neuer
  - Android - Jedes Android-Gerät mit Android Lollipop oder neuer
  - iOS - Jedes iOS-Gerät mit iOS 9.0 oder neuer
- 

## Gerätekompatibilität

- iPhone
  - iPad
  - Samsung
  - Google
  - ZTE
  - LG
  - Sony
  - Huawei
  - HTC
  - Motorola
  - Vodafone
  - One Plus
- 

## Funktionen

Nach der Anmeldung und Installation von Gamban kannst du deinen Fortschritt einfach verfolgen.

Auf Android und iOS öffnest du die App und tippst auf **My Progress** ("Mein Fortschritt"). Auf Windows und Mac gehst du zu deiner Profilseite, loggst dich ein und wählst denselben Tab.

- **Days Free From Gambling** (Tage ohne Glücksspiel) zeigt, wie lange du dem Glücksspiel ferngeblieben bist, um dich zu motivieren.
- **Time Saved** (Zeit gespart) zählt die Stunden und Tage, die du durch das Vermeiden von Glücksspiel zurückgewonnen hast.
- **Money Saved** (Geld gespart) schätzt, wie viel du basierend auf deinem bisherigen durchschnittlichen Einsatz gespart hast.

## Abzeichen

Mit den Gamban-Abzeichen kannst du jeden Schritt deiner glücksspiel-freien Reise feiern, indem du wichtige Meilensteine markierst. Deine Abzeichen synchronisieren sich auf allen Geräten, bleiben auch bei einer Stornierung in deinem Konto und werden automatisch aktualisiert - sie setzen sich nur zurück, wenn dein "Glücksspiel-frei-Zahler" nach einem Rückfall neu startet.

---

## Kontakt

Du kannst uns eine E-Mail an [info@gamban.com](mailto:info@gamban.com) senden.

Du kannst uns auch direkt über die Gamban-App erreichen. Öffne dazu die App, gehe zu den Einstellungen (drei horizontale Linien), wähle "Technical Support" ("Technischer Support") und dann "Contact Support" ("Support kontaktieren").

## **Artikel von Gamban – Englische Version**

Gamban is a software which blocks all forms of online gambling across your devices. The list is consistently updated with any new platforms that appear, including those which are unlisted or black market.

With one licence, Gamban can be installed across all your devices on all major device platforms, so you can rely on it to be there if willpower slips. Installing Gamban will not affect other users on the network – they will not see it's being used. Our app typically operates with minimal resource usage to prevent performance issues. To register an account with us, we do not require a credit check or an ID verification — it's completely anonymous.

We now offer a monthly payment option aimed at individuals who would prefer to take a break. Users can now protect ALL of their devices with one monthly license, which can be updated to last longer if needed.

Whilst Gamban isn't yet available in German, we do have a customer support agent who is fluent in German and can help with installation.

We also recommend looking into these resources for layered protection

### **Check Dein Spiel**

Offers a self-assessment tool for gambling risk and guidance on how to access help.

Website: <https://www.check-dein-spiel.de/>

### **BIÖG - Bundesfachverband für Glücksspielsucht e. V. - Telefonberatung Glücksspielsucht**

Free telephone counselling service for people affected by gambling harm.

Phone: **0800 1 37 27 00**

Hours: **Monday - Thursday 10:00 - 22:00, Friday - Sunday 10:00 - 18:00**

Website: <https://www.bioeg.de/service/infotelefone/gluecksspielsucht/>

### **Fachverband Glücksspielsucht e. V. (FAGS)**

Coordinates self-help groups across Germany for people experiencing gambling-related problems.

Website: <https://www.gluecksspielsucht.de/>

### **Automatisch-Verloren.de**

Free anonymous telephone counselling service.

Phone: **040 23 93 44 44**

Website: <https://www.automatisch-verloren.de/>

### **Landeskoordinierungsstellen Glücksspielsucht - Bundesweit gegen Glücksspielsucht**

A national portal that lists counselling centres, therapy providers and local support services across Germany.

Website: <https://www.bundesweit-gegen-gluecksspielsucht.de/>

Many banks are now working on plans to help customers restrict their spending on gambling, offering gambling blocking solutions, with some banks allowing customers to 'turn off' payments to certain types of retailers, including gambling services.

---

## **Signs you might need Gamban**

Some common signs of gambling addiction include:

### **Making Larger, Riskier Bets**

A casual gambler may spend some of their disposable income on gambling activities. When their losses exceed what they are willing to spend, they stop. Gambling addiction is often characterised by the inability to control or stop gambling, carrying on even after losing more than you can afford, usually to chase losses.

### **Feeling Guilt After Gambling**

Beyond the initial feelings of sadness from losing, when someone has a gambling problem, they may feel depressed and perhaps experience feelings of shame and guilt.

### **Using Gambling To Distract From Other Problems**

Like other forms of addiction, compulsive gambling is sometimes used as a coping mechanism to mask negative emotions and distract and escape life's stressors and problems. Even if someone uses gambling to avoid dealing with negative feelings, the adverse effects of gambling include emotional side effects.

### **Hiding Gambling Habits**

Lying to hide an addiction and its related behaviour is a core symptom of substance abuse, but gambling addiction is no exception. The obsession and compulsion to gamble can be so strong that the person will go to any lengths to place the next bet, and this usually includes lying to cover up where they are, what they are doing and what happened to their money.

### **Social Isolation**

Gambling addiction often takes up a tremendous amount of time, missing out on events and other important obligations. Gambling while at work, when you should be sleeping or spending time with your family, are also signs of addiction.

### **Feeling Strong Urges To Gamble**

Addiction causes people to ruminate about their previous gambling experiences, and to think of little else than the next time they can place a bet. Even when there is a need to concentrate on everyday life activities, it can be difficult to think of anything else.

---

### **What does Gamban block?**

- Poker
- Casinos
- Sports Betting (Sportsbooks)
- Table Games
- Esports Betting
- Skins Gambling
- Social Casinos
- Trading Platforms
- Gambling affiliates that work to promote or otherwise encourage Gambling

### **What Gamban Does NOT Block**

- Adverts
- Investment Websites
- Loot Boxes

### **Can You Choose What Is Blocked?**

It is not possible to choose what content is blocked; all gambling content will be blocked upon installation. We strongly recommend that any assets you hold in any account listed above be withdrawn before you install Gamban on your device(s).

If you have found a site that you think should be blocked, please let our customer support team know by email [support@gamban.com](mailto:support@gamban.com).

### **Available Platforms**

- Windows - Any Windows computer running Windows 7 or later
- Mac - Any Mac computer running OS X / macOS version 10.10 or later
- Android - Any Android device running Android version Lollipop or later
- iOS - Any iOS device running iOS between versions 9.0 and above

### **Device Compatibility**

- iPhone
- iPad
- Samsung
- Google
- ZTE
- LG

- Sony
- Huawei
- HTC
- Motorola
- Vodafone
- One Plus

## Features

After signing up and installing Gamban, you can track your progress easily.

On Android and iOS, open the app and tap **My Progress**. On Windows and Mac, go to your profile page, log in, and select the same tab.

- **Days Free From Gambling** shows how long you've stayed away from gambling, helping you stay motivated.
- **Time Saved** adds up the hours and days you've reclaimed by not gambling.
- **Money Saved** estimates how much you've kept in your pocket based on your previous average spend.

## Badges

Gamban Badges let you celebrate every step of your gambling-free journey by marking key milestones. Your badges sync across devices, stay in your account even if you cancel, and update automatically, resetting only if your Gambling-Free Counter starts again after a relapse.

## Contact Us

You can reach us by sending an email to [info@gamban.com](mailto:info@gamban.com)

You can also reach us directly from within the Gamban app. To do this, open the app, go to Settings (three horizontal lines), select Technical Support, then choose Contact Support.