

# Stäng av dig från spel

[www.Spelpaus.se](http://www.Spelpaus.se)

# Vad är Spelpaus.se?

Spelpaus.se är en kostnadsfri tjänst som tillhandahålls av Spelinspektionen.

På [www.spelpaus.se](http://www.spelpaus.se) kan du stänga av dig från allt spel som kräver registrering hos de spelbolag som har licens att bedriva spel om pengar i Sverige.

Spelbolag får inte erbjuda spel till dig som är avstängd i Spelpaus.se. Varje gång du loggar in eller registrerar dig för spel ska spelbolaget kontrollera om du är avstängd via Spelpaus.se.

Spelbolag får inte heller skicka direktmarknadsföring till en person som valt att stänga av sig.

# Hur stänger jag av mig?

För att stänga av dig från spel går du in på [Spelpaus.se](http://Spelpaus.se) och väljer en avstängningsperiod. Du kan välja att stänga av dig i 10 dagar eller 1, 3, 6 månader eller tills vidare. Du bekräftar din avstängning med e-legitimation.

Har du inte e-legitimation, eller är förvaltare och ska stänga av din huvudman, kan du använda blanketter som finns på [Spelpaus.se](http://Spelpaus.se).

# Det går inte att ångra en avstängning

När du bekräftat din avstängning går den inte att ångra eller avsluta i förtid. En avstängning tills vidare kan du tidigast avsluta efter 12 månader genom att logga in på [Spelpaus.se](http://Spelpaus.se). I annat fall fortsätter avstängningen tills du själv väljer att avsluta den. Övriga avstängningsperioder, 10 dagar eller 1, 3, 6 månader, avslutas automatiskt när perioden löpt ut.

# Ändra en avstängning

Genom att logga in på [Spelpaus.se](http://Spelpaus.se) kan du när som helst ändra din avstängning genom att ersätta den med en ny avstängning. Den nya avstängningen kan aldrig bli kortare än din pågående.

På [Spelpaus.se](http://Spelpaus.se) kan du även se information om din avstängning.

Tänk på att logga ut från spelsidor och appar som du använder för att din avstängning ska slå igenom överallt.

[Spelpaus.se](http://Spelpaus.se)

# Var gäller en avstängning?

Avstängningen gäller för spel online, i butik och på bana, samt på Vegasautomater.



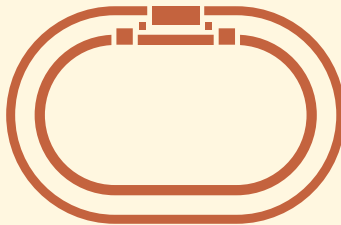
Online



Vegasautomater



Butik



Bana

Spelpaus.se

# Har spelandet tagit över?

Behöver du ytterligare stöd kan du söka hjälp hos din kommun eller hos sjukvården i din region.

Är du spelare eller anhörig kan du även vända dig anonymt till Stödlinjen, [www.stodlinjen.se](http://www.stodlinjen.se), för att få råd och stöd. Där kan du även få information om olika behandlingar och självhjälsgrupper nära dig.

