

Quando giochi :

1. **Ricordati** che conoscere le reali probabilità di vincita, può aiutarti ad avere la giusta prospettiva rispetto alle tue chance di successo al gioco.
2. **Non devi giocare pensando di vincere**, stai sempre attento a non affidarti a “pensieri magici” del tipo: “L’oroscopo dice che oggi è il mio giorno fortunato”.
Non esiste “una macchina fortunata”

Le macchine non hanno ricordi!

Molto spesso le persone continuano a giocare, anche quando sono in perdita, perché ritengono che una vincita, o un giro buono, prima o poi capiti!

Questo non avviene per la maggior parte dei casi.



Revisione del 20.04.2017

Ricordati che



Il Dipartimento delle Dipendenze di Chioggia
in collaborazione con
L'Associazione ACAT

hanno attivato un
Gruppo di Auto Aiuto
per le persone con problemi legati al
Gioco D’Azzardo.

Se ritieni che il Gioco d’Azzardo sia diventato un problema, rivolgiti al Ser.D. !
Verrai prontamente contattato da un operatore qualificato che potrà aiutarti.

Contatto telefonico Ser.D:
041 5534475

Orari:

Da lunedì a venerdì 8,30 - 16,00
Il mercoledì 8,30 - 12,30 e dalle 16,00 alle 17,00

**Il Dipartimento delle Dipendenze
U.O. Ser.D Sede di Chioggia
In collaborazione con
L'Associazione ACAT di Chioggia/
Cavarzere presenta:**

GUIDA SUI RISCHI DEL GIOCO D’AZZARDO



LA MAGGIOR PARTE DELLE PERSONE GIOCA PER DIVERTIRSI MA ALCUNE POSSONO AVERE SERI PROBLEMI, IL GIOCO D' AZZARDO PUO' TRASFORMARSI DA PASSATEMPO A DIPENDENZA

COSA SIGNIFICA AVERE UN PROBLEMA CON IL GIOCO D' AZZARDO ?

SIGNIFICA PERDERE IL CONTROLLO SUL GIOCO :

- Non riuscire a smettere di pensare al gioco.
- Spendere più denaro di quanto intendi.
- Giocare più tempo del previsto.
- Giocare quando invece avresti dovuto fare altre cose.

Segnali importanti per capire che il tuo gioco sta diventando un problema:

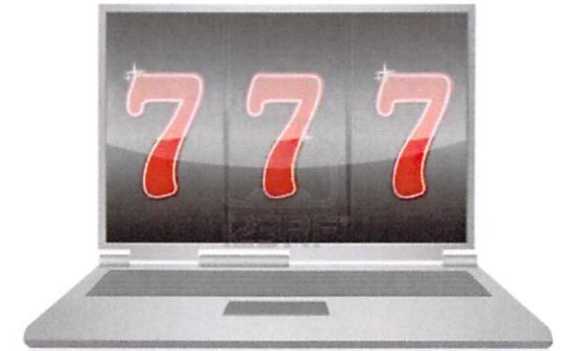
- Indebitamento.
- Difficoltà a pagare i conti in tempo.
- Mentire agli amici e ai familiari.
- Cattivo umore o irritabilità.
- Perdere il lavoro a causa del gioco e difficoltà di concentrazione sul lavoro.
- Spendere tempo e denaro al gioco piuttosto che passare il tempo con gli amici.
- Pensare che il gioco risolva i problemi finanziari.
- Sentire che il gioco è diventato padrone di te.

COME POSSO EVITARE CHE IL GIOCO D'AZZARDO DIVENTI UN PROBLEMA

Le buone regole:

Prima di metterti a giocare:

1. **Accantona** una somma di denaro da spendere in divertimenti – *Gioca solo quella somma, smetti di giocare quando hai speso quel denaro.*
2. **Poniti dei limiti** di tempo e di denaro.
3. **Non giocare quando** hai debiti e non chiedere prestiti per giocare - *Le pressioni finanziarie possono condurti a un irrazionale e disperato desiderio di spendere di più nella speranza di alleviare il debito.*
4. **Non giocare quando** stai vivendo una situazione di stress emotivo – *Sei più vulnerabile.*
5. **Fai in modo che** il gioco sia solo una parte delle tue attività ricreative e dei tuoi interessi.



Quando sei nei luoghi di gioco:

1. **Non rincorrere le perdite** - *Accetta che il denaro speso è ormai perso.*
2. **Poniti dei limiti e stabilisci un budget** – *Decidi quanti soldi vuoi spendere nel gioco ogni settimana. Pensa a questi soldi come a una spesa per divertirti, e non a un investimento per vincere.*
3. **Non giocare con amici che scommettono pesantemente.**
4. **Non mescolare alcol e droga con il gioco** – *Bere pregiudica la tua capacità di giudizio e può condurti ad un gioco eccessivo.*