

MANTENGA EL JUEGO ECONÓMICO Y SIN PROBLEMAS



Establezca un límite de cuánto tiempo y dinero usted va a gastar y adhiera a ella.

Aprenda cómo los juegos trabajan y cuánto cuestan para jugar.

Balance el juego con otras actividades.

Si usted juega y pasa más tiempo y dinero que usted pueda permitir, una buena estrategia es hacer una pausa y mirar su juego. Considere obtener ayuda si esto es una preocupación.

Llame a la línea de ayuda para los problemas con los juegos de azar, gratuito y confidencial, 24/7 **1-800-346-6238**

Visite la página web: www.problemgambling.org

Juego de bajo riesgo se hace:

Como una forma de recreación, no para hacer dinero o compensar las pérdidas anteriores.

Con límites de tiempo, frecuencia y duración.

En un establecimiento social con otras personas, no solo.

Con el dinero que puede permitirse el lujo de perder.

Apuestas de alto riesgo - situaciones en las que son:

Bajo la presión financiera y el estrés. Rabia o depresión.

La recuperación de la salud mental o abuso de sustancias.

El uso de alcohol u otras drogas.

Menores de edad para jugar.

Problem Gambling Services, CT State Dept. of Mental Health & Addiction Services

PG Helpline: **1-800-346-623 www.ct.gov/dmhas/problemgambling**