

Alcuni indirizzi utili:

Telefono amico, chiamando il 143.

Gruppo Azzardo Ticino, tel. gratuito 0800 000 330
www.giocoresponsabile.com

Troverà specialisti in grado di fornirle le vie per riordinare la sua vita e riprendere il controllo sul gioco.

Servizio attivo 24 ore su 24!



Largo Zorzi 1 6601 Locarno

tel. +41(0)91 756 30 30 fax +41(0)91 756 30 31
www.casinolocarno.ch info@casinolocarno.ch

3ª edizione: maggio 2016

**SENZA
ESAGERARE**

Gioco & Prevenzione

informazioni e questionario



RESPONSABILE DEL MIO GIOCO

Informazioni per la prevenzione del gioco eccessivo

Il gioco d'azzardo è un gioco come ce ne sono molti altri. L'unica differenza è che non esistono formule o numeri magici che permettono di prevedere il risultato. Si gioca per vincere, per il brivido della sfida, per mille altri motivi. Come ogni altro divertimento ha il suo prezzo: a volte si vince, a volte si perde.

Ma quando il gioco cessa di essere una scelta, quando vi capita di essere rimproverati di insistere troppo a lungo o di scommettere troppo denaro, quando si creano problemi con gli amici, con i propri cari a causa del gioco, quando si trascurano i propri hobby e il proprio lavoro...

Allora sappiate che il gioco cessa di essere un divertimento, per diventare un obbligo, una specie di dipendenza che con il passare del tempo porta a perdere denaro, amici, famigliari e la fiducia in sé stessi.

Per non arrivare a questo punto, vi sono alcune regole da rispettare:

- Non giocate mai se siete stanchi, depressi o ammalati, preoccupati per problemi sentimentali, famigliari o di studio.
- Giocate solo con somme di denaro che avete destinato al tempo libero e al divertimento.
- Definite prima dell'inizio del gioco l'importo massimo che volete giocare. Le somme puntate devono essere in un ragionevole rapporto con la vostra capacità finanziaria.
- Non cercate di rivincere ciò che avete perso. Molto spesso, se si aumenta il rischio, si aumentano anche le perdite.
- Durante il gioco prendetevi dei momenti di riposo, rilassatevi, mangiate qualcosa al ristorante, concedetevi una bibita.

Un test che vi può aiutare

Segnate la vostra risposta con una crocetta.

SI NO

Vi è capitato spesso di spendere molto di più di quello che vi eravate prefissati?

Vi è capitato di nascondere la vostra attività di gioco alle persone a voi vicine?

Se avete risposto ad almeno una delle due domande con un sì, allora siete probabilmente un giocatore a rischio di dipendenza da gioco. A questo punto chiedete di parlare con il nostro specialista interno o rivolgetevi direttamente alla rete di specialisti esterni.

Se il gioco d'azzardo vi preoccupa

- Chiedete di parlare con il nostro specialista interno.
- Fate una pausa dal gioco con un'esclusione volontaria.

Oppure contattate le istituzioni che si occupano di terapie e consulenza:


Telefono Amico
143
 Telefono Amico
 Ticino e
 Grigioni Italiano


Gruppo
Azzardo
Ticino
Prevenzione

Gruppo Azzardo Ticino
 tel. gratuito 0800 000 330
www.giocoresponsabile.com