



Joko Arduratsua
 Juego Responsable

Apustu egin joko
 arduratsuren alde
 Etorrizuna alda daiteke

Apuesta por el Juego Responsable

El destino se puede cambiar

Joko Arduratsua
 Juego Responsable



El Juego Responsable

Para la mayoría de las personas, el Juego es un entretenimiento del que pueden disfrutar en cualquier momento. Sin embargo, hay quienes tienen un serio problema que perjudica sus vidas, su capacidad de control, resultándoles muy difícil negarse a jugar.

“ En toda situación es posible comportarse con dignidad. Si hay lucha que sea noble y no humillante”. (F.M. Dostoievski)

Las reglas del Juego Responsable

- Si decides jugar, hazlo sólo con la finalidad de entretenerte y a poder ser en compañía.
- Establece un límite de tiempo y ajústate a él.
- Decide cuánto quieres gastar, ganes o pierdas. No cambies de opinión.
- Acepta la pérdida como parte del Juego.
- No pidas dinero prestado para apostar.
- No trates de compensar pérdidas con el Juego.
- No utilices el Juego para enriquecerte.
- No juegues para evadirte de problemas, preocupaciones o frustraciones.
- No juegues si te estás recuperando de otra adicción.
- No permitas que los menores de 18 años participen en actividades de Juegos de Azar.
- Controla el uso de juegos individuales con aparatos tecnológicos por parte de los menores, ya que pueden generar tendencia adictiva en el futuro.

**Si el Juego es un problema,
LLÁMANOS**



TEN SIEMPRE CLARO CUÁNTO VAS A GASTAR Y CUÁNTO TIEMPO VAS A JUGAR

COMPRAS DIVERSIÓN, NO UNA INVERSIÓN

JUGAR SÓLO DEPENDE DEL AZAR, NO HAY GARANTÍAS

EL JUEGO NO HACE DESAPARECER LAS PREOCUPACIONES

DISFRUTA SIN PERDER EL CONTROL

ONDO PASA ZEURE SENETIK ATERA GABE
JOKOK EZ DITU KEZKAK DESAGERRARAZTEN
HALABEHARRAK AGINTZEN DU, EZ DAGO BERMERIK
BADAKIZU, JOKOA EZ DA ERRENTA
ZENBAT DENBORA EGONGO ZAREN
ONDO JAKIN BETI ZENBAT GASTATU BEHAR DUZUN ETA



**Jokoa arazoa bada,
DEITU**

- Jokoa aritzea erabakitzen baduzu, denbora pasatze-ko xedearekin egin ezazu eta, ahal bada, lagunartean.
- Denbora-muga bat ezarri eta errespetatu ezazu.
- Erabaki aurrez zenbat gastatu nahi duzun, galdutako edo irabazitako gero. Ez aldatu iritzi.
- Onar ezazu gaitzea jokoa alderdi bat dela.
- Ez eskatu dirua malleguan apustu egiteko.
- Ez zaitzez saiatu izandako galerak jokoa erkin kontu-pentsetan.
- Ez ezazu erabili jokoa aberasteko.
- Ez jokatu arazoak, kezak edo frustrazioak sailhesteko.
- Ez jokatu bestelako mendekotasun bat utzi nahian bazabiltza.
- Ez utzi 18 urtetik beherekoek ausazko jokoa partehar dezaten.
- Begiratu itzazu adingabeekoei aparatu teknologikoei tan erabiltzen dituzten banakako jolasak, etorkizunetan neman mendekotasuna sor baititezakete.

Joko Arduratsuren arauak

“Edozein dela egoera, badago duintasunez jokatzeko. Borroka badago zintzoa izan dadila eta ez iraingarria”. (F.M. Dostoievski)

Pertsona gehienentzat jokoa denbora-pasa da, noiznahi disfruta dezaketen denbora-pasa. Hala ere, batzuek beren bizitzari eta beren burua kontrolatzeko gaitasunari kalte egiten dien arazo larria dute eta, ondorioz, ezin diote jokari uko egin.

Joko Arduratsua