

## ATT SPELA SKA ALLTID VARA ETT NÖJE

*Kasinospel ska vara avslappnande, roligt och spännande i en bekväm och behaglig miljö. Att spela om pengar, tro på turen, satsa på sitt lyckonummer ... är en behaglig upplevelse. Men vissa personer överskrider sina gränser och börjar spela för mycket. Då sätts deras ekonomi och deras förhållande till sina närstående på spel.*

*Eftersom man är medveten om att det finns ett "sjukligt spelmissbruk" har de kasinoinrättningar som är anslutna till kvalitetsmärkningen ADICTEL tagit fram ett omfattande program med förebyggande åtgärder, hjälp, och rådgivning som finns i hela Frankrike.*

### Ert kasino arbetar med förebyggande åtgärder och hjälp för personer som inte kan styra sitt spelande

Om du tillbringar mer tid på kasinot än vad som är lämpligt med tanke på familj och yrkesliv ... Om du gör av med mer pengar än dina inkomster tillåter ... Då riskerar du att inom en snar framtid stöta på allvarliga problem.

Du kan även gå in på internetsajten [www.adictel.com](http://www.adictel.com). Där finns omfattande information och ett program för att få bukt med sitt spelmissbruk.

### Några regler att hålla sig till för att undvika att hamna i ett spelmissbruk

Om du följer dessa regler kan du fortsätta att ha spelandet som ett nöje:

- Spela aldrig för att vinna, kosta vad det kosta vill, utan för nöjet att prova lyckan.
- Tänk på förlorade insatser som om de vore pengar till fritidsnöjen som du spenderat.
- Satsa aldrig pengar som är avsedda till familjens behov eller fasta utgifter (hyra, el, värme, vatten ...).
- Låna aldrig pengar för att spela, vare sig det gäller från ett kreditföretag eller en närstående.
- Undvik att ta med dig checkhäftet eller kreditkortet till spelsalarna.

- Innan du börjar spela, ska du veta hur mycket du kan satsa och att det inte ska bli mer än det.
- Undvik att spela om du intagit alkohol eller psykofarmaka.
- Se inte spelet som en flykt från vardagsproblem eller psykiska problem.

### Riskerar du att hamna i ett spelmissbruk?

*För att få reda på det, ska du svara ja eller nej på dessa frågor.*

- |  | JA                       | NEJ                      |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. Har du någon gång spelat för att få pengar till skulder eller för att reglera ett ekonomiskt problem?             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Spelar du ibland för mer pengar än du har i din plånbok?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Spelar du ofta under en längre tidsperiod än du hade tänkt från början?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Inverkar spelandet negativt på ditt familje- eller yrkesliv?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Har du redan haft problem i yrkeslivet eller förlorat en anställning som en följd av ditt spelande?               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Har du någon gång bestämt dig för att sluta spela?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. När du förlorat i spel, får du då känslan att du måste vinna tillbaka det du förlorat?                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. Har din alkoholkonsumtion, din konsumtion av lugnande mediciner eller sömn-tabletter ökat sedan du började spela? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

*Om du svarat ja på tre frågor eller fler, tycker vi att du ska gå in på [www.adictel.com](http://www.adictel.com), så kommer vi att erbjuda dig hjälp. Vi har tystnadsplikt.*