CONSÉQUENCES LIÉES À LA PARTICIPATION AUX JEUX DE HASARD ET D'ARGENT

LES CONSÉQUENCES LES PLUS ÉVIDENTES SONT LES PERTES FINANCIÈRES. LA PARTICIPATION AU JEU PEUT ÉGALEMENT ENTRAÎNER :

DES CONFLITS AVEC VOTRE ENTOURAGE
tels que la négligence des relations, l'isolement social et les disputes avec son conjoint

DE LA DÉTRESSE ÉMOTIONNELLE
dont des sentiments de culpabilité, de solitude et d'isolement

DES PROBLÈMES DE SANTÉ
comme la consommation problématique d'alcool ou d'autres substances

LDHJ

Lignes directrices sur les habitudes de jeu à moindre risque

Ces lignes directrices reposent sur des données scientifiques récentes et rigoureuses.

POUR RÉDUIRE VOTRE RISQUE DE VIVRE DES CONSÉQUENCES NÉGATIVES LIÉES À VOTRE PARTICIPATION AUX JEUX DE HASARD ET D'ARGENT, SUIVEZ CES TROIS LIGNES DIRECTRICES :

et

et

1 % Évitez de jouer plus de **du revenu de votre ménage,** avant impôts, par mois

4 Évitez de jouer plus de **jours par mois**

2 Évitez de jouer régulièrement à plus de **formes de jeux de hasard et d'argent**

DANS CES LIGNES DIRECTRICES, « JEUX DE HASARD ET D'ARGENT » SIGNIFIE…

s'adonner à des jeux de hasard en misant de l'argent dans l'espoir d'en gagner plus. Par exemple : la loterie, les paris sportifs, les jeux de table, les machines à sous, les appareils de loterie vidéo et différents jeux en ligne, comme le poker.

Divers éléments ont contribué à l'élaboration de ces lignes directrices, notamment l'**analyse des données de plus de 60 000 personnes** qui jouent de huit pays, ainsi que des entrevues et groupes de discussion, des sondages et des revues de la littérature. Les problèmes liés aux jeux de hasard et d'argent sont définis comme une détérioration de l'état de santé ou de bien-être d'une personne, d'une unité familiale, d'une communauté ou d'une population attribuable aux jeux d'argent*.

*Browne, M., E. Langham, V. Rawat, N. Greer, E. Li, J. Rose, M. Rockloff, … et T. Best. *Assessing gambling-related harm in Victoria: A public health perspective*, Melbourne (Australie), Victorian Responsible Gambling Foundation, 2016.

Consultez le www.lignesdirectricesjeu.ca pour en savoir plus.

Ces lignes directrices s'adressent aux personnes ayant l'âge légal pour jouer à des jeux de hasard et d'argent et qui veulent faire des choix éclairés par rapport à leurs habitudes de jeu.

Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances
Données. Engagement. Résultats.

SI VOUS CROYEZ AVOIR PERDU LE CONTRÔLE OU SI VOS HABITUDES DE JEU VOUS PRÉOCCUPENT, VISITEZ LE WWW.LIGNESDIRECTRICESJEU.CA/OBTENIR-AIDE POUR UNE LISTE DES RESSOURCES OFFERTES DANS VOTRE RÉGION.

© Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2021