

AVVERTENZE PER I GIOCATORI

in applicazione della Legge 8 novembre 2012, n.189, art 7- comma 5

IL GIOCO D'AZZARDO PUÒ DIVENTARE UN PROBLEMA

Se si intrattiene una regolare attività di gioco, le probabilità di sviluppare un problema sono più alte di quelle di ottenere una grande vincita. Più una persona gioca più alto è il rischio che sviluppi un problema di gioco

Segnali importanti per capire che il gioco sta diventando un problema:

- Mentire agli amici e ai familiari
- Sentirsi di cattivo umore, irritabile o arrabbiato avere difficoltà nel concentrarsi sul lavoro
- Spendere sempre più denaro e dedicare sempre più tempo per il gioco
- Pensare che continuare a giocare risolverà i problemi finanziari
- Avere difficoltà a pagare i conti in tempo o vedere aumentare i propri debiti
- Perdere lavoro a causa del gioco

SERVIZI TERRITORIALI PUBBLICI E PRIVATI ACCREDITATI DEL TERRITORIO DI ATS DELLA CITTÀ METROPOLITANA DI MILANO – SERD/SPORTELLI

ASST GOM NIGUARDA	Ospedale Niguarda - Milano - piazza Ospedale Maggiore, 3 tel.02.64443426; e-mail: sportellogap@ospedaleniguarda.it
ASST SANTI PAOLO E CARLO	SERD Boifava - Milano - via Boifava, 25 tel. 02 81845361; e-mail: serd.boifava@asst-santipaolocarlo.it
ASST FBF SACCO	SERD Canzio - Milano - via Canzio, 18 tel. 02 63634353; e-mail: serd.canzio@asst-fbf-sacco.it
ASST RHODENSE	SERT Corsico - Corsico , corso Italia, 50 tel. 02 994308497 e-mail: sert.corsico@asst-rhodense.it SERT Rho - Passirana di Rho , via Casati, 45 tel.02 994304935/4920/4921; e-mail: servizi.dipendenze@asst-rhodense.it
ASST OVEST MILANO	SERT Parabiago - Parabiago , via Don Giovanni Spagliardi, 19 tel. 0331 1776260; e-mail: sert4-5@asst-ovestmi.it NOA Abbiategrasso - Abbiategrasso , Via Al donatore di sangue, 2 tel. 02 9486264; e-mail: noa.abbiategrasso@asst-ovestmi.it
ASST NORD MILANO	SERT Sesto San Giovanni Sesto San Giovanni , viale Matteotti, 13 tel. 02 57993740; e-mail: sertsesto@asst-nordmilano.it
ASST LODI	SERT Lodi - Lodi , via Pallavicino 57/A tel. 0371.372427 – email: francesca.musarella@asst-lodi.it SERT Casalpusterlengo - Casalpusterlengo , via Adda, 21 tel. 0377 924612; e-mail: francesca.musarella@asst-lodi.it SERT Sant'Angelo Lodigiano - Sant'Angelo Lodigiano , via Donizetti,4 tel. 0371 373483; e-mail: enza.barioglio@asst-lodi.it

ASST MELEGNANO E MARTESANA

UOC Servizio Territoriale di Alcologia e comportamenti di Addiction, Via Bellini, 5 - Gorgonzola (MI) – tel. 02 98054624; e-mail: alcologia@asst-melegnano-martesana.it

UOS NOA e comportamenti di Addiction, Via Cavour/Via Vigorelli - San Giuliano Milanese (MI) – tel. 02 98118156; e-mail: alcologia@asst-melegnano-martesana.it

UOS SerT Gorgonzola e SerT Trezzo s/Adda - sede di Gorgonzola, Via Bellini, snc - Gorgonzola (MI) – tel. 02 98118020; e-mail: sert.gorgonzola@asst-melegnano-martesana.it

UOS SerT Gorgonzola e SerT Trezzo s/Adda - sede di Trezzo s/Adda, Via Gramsci, 21/23 - Trezzo sull'Adda (MI) – tel. 02 98118049; e-mail: sert.trezzoadda@asst-melegnano-martesana.it

UOS SerT Vizzolo, Via Pandina, 1 - Vizzolo Predabissi (MI) – tel. 02 98058764; e-mail: sert.vizzolo@asst-melegnano-martesana.it

UOS SerT Rozzano, Via Matteotti, 30 - 20089 Rozzano (MI) – tel. 02 98118811; e-mail: sert.rozzano@asst-melegnano-martesana.it

SERVIZI MULTIDISCIPLINARI INTEGRATI – SMI

SMI CAD MILANO

Milano via Wildt, 27- tel. 02.715960/61 e-mail: info@cadmilano.org

FONDAZIONE ERIS

Milano, via Ventura 4 - tel. 226417050 e-mail: segreteria@fondazioneeris.it

IL GIOCO D'AZZARDO PUÒ DIVENTARE UN PROBLEMA

Se si intrattiene una regolare attività di gioco, le probabilità di sviluppare un problema sono più alte di quelle di ottenere una grande vincita. Più una persona gioca, più alto è il rischio che sviluppi un problema di gioco. Se giochi occasionalmente hai 1 probabilità su 50 e se giochi una o più volte la settimana a un gioco che non sia una lotteria 1 probabilità su 7.

Segnali importanti per capire che il tuo gioco sta diventando un problema:

- Aumento dell'indebitamento
- Difficoltà a pagare i conti in tempo
- Mentire agli amici e ai familiari
- Sentirsi di cattivo umore, irritabile o arrabbiato
- Perdere il lavoro a causa del gioco o avere difficoltà nel concentrarsi sul lavoro
- Spendere tempo e denaro al gioco piuttosto che passare il tempo con gli amici
- Pensare che continuare a giocare risolverà i problemi finanziari
- Sentire che il gioco è diventato padrone di te

Come posso evitare che il gioco d'azzardo diventi un problema

- . Accantona una somma di denaro da spendere in divertimenti, gioca solo la somma destinata al divertimento, smetti di giocare quando hai speso quel denaro.
- . Poniti dei limiti di tempo e di denaro.
- . Non giocare quando hai debiti urgenti e non prendere in prestito denaro per giocare
- . Le pressioni finanziarie possono condurti a un irrazionale e disperato desiderio di spendere di più nella speranza di alleviare il debito.
- . Non giocare quando stai vivendo una situazione di stress emotivo - Lo stress, e il desiderio di liberarsi da questa sensazione negativa, può indurti a spendere somme più alte di quanto hai programmato.
- . Sii consapevole di quali sensazioni o situazioni ti mettono a rischio di gioco eccessivo. Fai in modo che il gioco sia solo una parte delle tue attività ricreative e dei tuoi interessi.

Quando sei nei luoghi di gioco...

- **Non rincorrere le perdite - Accetta che il denaro speso è ormai perso.**
- Poniti dei limiti e stabilisci un budget – Decidi quanti soldi vuoi spendere nel gioco ogni settimana. Pensa a questi soldi come a una spesa per divertirti, e non a un investimento per vincere.
- Stabilisci dei limiti di tempo al tuo giocare e prenditi del tempo per delle pause
Dai un occhio all'orologio, prenditi una pausa di tanto in tanto e non giocare oltre il tempo che hai deciso di dedicare al gioco.
- Non giocare da solo - Cerca di giocare solo in compagnia. Valorizza l'importanza di socializzare con gli amici e non il gioco in sé stesso.
- Non giocare con amici che scommettono pesantemente.
- Non mescolare alcol e droga con il gioco
- **Bere pregiudica la tua capacità di giudizio e può condurti a un gioco eccessivo.**

Quando giochi...

Ricordati che conoscere le reali probabilità di vincita, può aiutarti ad avere la giusta prospettiva rispetto alle tue chance di successo al gioco.

Non devi giocare pensando di vincere e stai sempre attento a non affidarti a "pensieri magici" del tipo: "L'oroscopo dice che oggi è il mio giorno fortunato".

Non esiste "una macchina fortunata" Le macchinette non sanno se stai indossando la tua maglietta portafortuna né di essere la tua macchina fortunata "Le macchinette non ricordano" Le macchine non hanno ricordi. Molto spesso la gente vuole continuare a giocare, anche quando è costantemente in perdita, perché ritiene che una vincita, o un giro buono, deve prima o poi venire.

Rispondi e scopri se hai problemi con il gioco d'azzardo

- 1) hai mai sentito l'impulso a giocare somme di denaro sempre più elevate? **SI NO**
- 2) hai mai voluto tenere nascosta l'entità del tuo giocare alle persone che ti stanno più vicino? **SI NO**

Se hai risposto positivamente ad almeno una di queste domande stai rischiando di avere problemi con il gioco.

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia
ATS Milano
Città Metropolitana