

Juegue **Responsablemente**

Si le preocupa que el juego se está convirtiendo en algo más que una diversión para usted, intente seguir estos consejos para moderar su manera de jugar:

Piense que el dinero que pierde es el precio que paga por su diversión.

Determine una cantidad límite y no la sobrepase.

Determine el tiempo de juego y no lo sobrepase. Retírese del lugar cuando alcance su límite, ya esté ganando o perdiendo.

Comprenda que lo más probable es que pierda, y acepte esa pérdida como parte del juego.

No pida dinero prestado para apostar.

No deje que el juego interfiera con su familia, amistades o trabajo o que se convierta en un sustituto de estos.

No intente recuperar lo perdido. Lo más probable es que pierda aún más intentándolo.

No use el juego como manera de lidiar con el dolor físico o emocional.

Conozca las señales que indican problemas con el juego.



3840 SPANISH

¿Necesita ayuda? Alguien está esperando para hablar con usted las 24 horas, 7 días a la semana.

Llame al **1-800-GAMBLER (426-2537)**

Los servicios son confidenciales y gratuitos.

