

Recursos

Llame a la línea de ayuda confidencial 24 horas al día, 7 días a la semana

Si el juego ya no es divertido, ¡déjelo!

Las opciones de autoexclusión voluntaria están disponibles para aquellos que deseen disminuir o dejar de jugar durante un tiempo determinado.

Póngase en contacto con nuestra línea de ayuda confidencial al:

888.789.7777

Para más información por favor vaya a:
www.ccpj.org

Guía para apostar responsablemente

Consejos y recursos
Para jugar con menos riesgo



Juego Responsable

El Camino De CT

¿Qué es Apostar Responsablemente?

Para reducir los daños, intente utilizar las siguientes estrategias de bajo



Establecer un presupuesto y



Evitar apostar cuando está molesto o frustrado



Establecer límites de tiempo y



Limitar o evitar el alcohol/otras sustancias



Apostar por el entretenimiento & si no es divertido dejar de jugar



Equilibrar el juego con otras actividades



Entender cómo funcionan los juegos, incluyendo las probabilidades

Para más consejos para visite nuestra página web en: ResponsiblePlayCT.org