



Autres adresses:

Joueurs Anonymes

Marc Crijns
Rue de l'église 3 - 4032 LIÈGE (Chênée)
Tél : 0486 18 40 90

La Commission des jeux de hasard

Vous avez décidé de prendre en charge vos problèmes de jeu. Faites-vous aider par la Commission des jeux de hasard. Prenez contact avec le service et demandez l'interdiction d'accès à tous les casinos et les salles de jeux automatiques.

La Commission des Jeux de Hasard
Cantersteen 47
1000 BRUXELLES
Tél: 02/504.00.40.
www.gamingcommission.fgov.be



Commission
des Jeux de hasard

TÉLÉ-ACCUEIL ☎ 107

Cette brochure a été établie par la Commission des jeux de hasard dans le cadre de l'article 61 de la loi du 7 mai 1999 sur les jeux de hasard, les établissements de jeux de hasard et la protection des joueurs.

Création et impression : Imprimerie du Moniteur belge

OU vous adresser ?

Vous pouvez toujours aborder vos difficultés avec le médecin de famille.

En outre, vous pouvez vous adresser aux centres suivants :

Clinique du jeu pathologique – CHU Brugmann
Place Van Gehuchten 4 – 1020 BRUXELLES
Tél: 02/477.27.77.
Mail : serge.minet@chu-brugmann.be
Siteweb : www.chu-brugmann.be

Association de prévention des abus et de protection des joueurs
Rue d'Artois 16 – 1000 BRUXELLES
Tél : 02/514.02.08.

Le Pélican a.s.b.l.
Boulevard E. Bockstael 230 - 1020 BRUXELLES
Tél : 02 502 08 61
Site web : <http://www.lepelican.org>

Centre de Guidance de Louvain-la-Neuve
Service de santé Mentale agréé
Grand Place 43 - 1348 LOUVAIN-LA-NEUVE
Tél : 010 47 44 08

Maison du social de la province de Liège
Boulevard d'Avroy 28/30 - 4000 LIÈGE
Tél : 04/237.27.40.

Deptonummer : D/2002/7951/NL/148



Plaisir et divertissement ?

Jouer est d'abord synonyme de plaisir et de divertissement. Mais le jeu peut conduire certaines personnes à la dépendance. Cela devient un élément indispensable de leur existence, une vraie drogue par laquelle le joueur perd totalement le contrôle de la situation, sans en avoir conscience.

Ce dépliant est diffusé pour rendre une dignité aux assidus du jeu, leur rappeler qu'ils ne sont pas seuls et qu'il y a toujours des personnes prêtes à les aider mais également pour prévenir la dépendance au jeu.

J
O
U
E
R

V.U. : E. Manrique, Waterlooilaan 115, 1000 Brussels

Quelques CONSEILS

pour que le jeu
reste synonyme
de plaisir

- avant de commencer, fixez-vous une somme limite,
- ayez en permanence, présent à l'esprit, la fréquence à laquelle vous jouez, et combien cela vous coûte,
- ne tentez pas de regagner les sommes perdues,
- ne rejouez pas la totalité de vos gains,
- ne perdez pas de vue qu'au total, vous perdrez toujours plus que vous ne gagnerez.

Essayez de prendre en compte les conseils ci-dessus.



Comment savoir si vous jouez trop ? Faites le TEST

Ci-dessous vous trouverez 20 questions auxquelles vous répondrez par oui ou non. Ceci pour établir si vous êtes déjà "joueur à problème" ou pas.

- Perdez-vous souvent la notion du temps quand vous jouez ?
- Le jeu cause-t-il des problèmes au niveau relationnel ?
- Avez-vous parfois des regrets après avoir joué ?
- Jouez-vous surtout pour gagner de l'argent ?
- Mentez-vous parfois pour estomper votre comportement de jeu ?
- Lorsque vous gagnez, éprouvez-vous le besoin de continuer à jouer pour gagner davantage ?
- Lorsque vous perdez, éprouvez-vous le besoin de continuer à jouer pour regagner ce que vous avez perdu ?
- Vous arrive-t-il souvent de jouer tout votre argent ?
- Empruntez-vous parfois de l'argent pour pouvoir jouer ?
- Avez-vous déjà vendu des objets personnels pour pouvoir jouer ?
- Eprouvez-vous des difficultés à dépenser votre argent pour autre chose que le jeu ?
- Le jeu vous a-t-il amené à avoir une attitude indifférente vis-à-vis de votre famille ou de vous-même ?
- Jouez-vous parfois plus longtemps que prévu ?
- Jouez-vous parfois pour oublier vos soucis ?
- Avez-vous déjà essayé de vous procurer de l'argent par des agissements illégaux ou l'avez-vous envisagé ?
- Votre comportement de jeu entraîne-t-il des problèmes de sommeil ?
- Eprouvez-vous le besoin de jouer si vous êtes déçu ?
- Cherchez-vous en priorité à éprouver du plaisir dans le jeu ?
- Jouez-vous à l'insu des autres ?
- Pensez-vous parfois au suicide comme solution à votre comportement de jeu ?

Si vous avez totalisé au moins 7 "oui" aux questions ci-dessus, cela signifie que vous avez un problème de jeu.

Pourquoi ne pas vous faire aider par d'autres? Un doute, une question, n'hésitez pas, faites-vous aider!



Quand est-on DEPENDANT ?

On ne devient pas dépendant du jeu du jour au lendemain. Progressivement, on éprouve de plus en plus de difficultés à tenter de contrôler le démon du jeu. En principe, on traverse différentes phases qui présentent toujours des facteurs de risque.

- | | |
|-------------------|---|
| 1° phase : | Le jeu est considéré comme un passe-temps agréable. On gagne et on perd de temps à autre. On pense augmenter ses gains à l'avenir ou on essaie de rattraper les pertes. |
| 2° phase : | Le jeu n'est plus uniquement un passe-temps agréable. D'autres activités, telles que les relations sociales, sont négligées. On perd de l'argent. On recourt à l'emprunt pour pouvoir jouer davantage. L'argent emprunté doit être remboursé. |
| 3° phase : | Le jeu devient une occupation à plein temps. On croit trouver la solution à ses problèmes de vie dans le jeu. Le jeu conduit à une dépendance qui s'installe progressivement et prend la forme d'une véritable obsession : le jeu devient le seul intérêt : On en perd toute joie de vivre. |