

## 负责任的赌博

赌博是一种娱乐和游戏，直到：

直到借钱赌博。直到所想的都是赌博。直到撒谎。直到伤害朋友和家人。控制问题赌博，在“直到”之前。免费且保密的全天候帮助，

拨打俄亥俄州问题赌博服务热线 1-800-589-9966。

## 资源

赌博问题全国委员会 [www.ncpgambling.org](http://www.ncpgambling.org)

无名者戒赌协会 [www.gamblersanonymous.org](http://www.gamblersanonymous.org)

Gam-Anon [www.gam-anon.org](http://www.gam-anon.org)

凯霍加县的 ADAMHS 委员会 [www.adamhsc.org](http://www.adamhsc.org)

## 负责任的赌博？

您是否借钱去赌博？您是否成天想着赌博？不赌博时，您是否焦躁不安？您是否押注更多金钱以增加兴奋感？您是否对在赌博上花了多少时间或输了多少钱上撒了谎？您赌博是否因逃避不舒服或个人问题？您是否因赌博而忽视工作、学业或家庭等重要责任？您是否因赌博而拖欠账单或负债累累？

## 有关负责任的赌博的一些建议：

千万不要借钱去赌博。赌博时仅押注您能负担的数目。设定限度，坚持不超过此限度。

问题赌博是指任何超出以乐趣、消遣或娱乐为目的的正常赌博范围的赌博。

俄亥俄州凯霍加县负责任的赌博和酒精、药物成瘾及心理健康服务委员会 (ADAMHS) 致力于帮助玩家负有责任。如果您认为您自己或您关心的人可能有问题，请拨打俄亥俄州问题赌博热线：1-800-589-9966。

如需了解其他信息，请访问：[www.org.ohio.gov](http://www.org.ohio.gov) 或 [www.adamhsc.org](http://www.adamhsc.org)

请勿给未成年人购买筹码。必须年满 18 岁才能参加赌博。

俄亥俄州彩票委员会 (OLC)、俄亥俄州赌场管理委员会 (OCCC)、俄亥俄州赛马委员会 (OSRC) 和俄亥俄州心理健康和成瘾服务部门 (OMHAS)