

Ce înseamnă de fapt jocul responsabil?

Jocurile de noroc pot fi o formă de divertisment plăcută, atât timp cât sunt practicate echilibrat și conștient. Pentru asta există conceptul de Joc Responsabil – un set de principii și instrumente care îl ajută pe jucător să se bucure de joc, fără a-și afecta viața personală, financiară sau emoțională.

◆ **Ce este jocul responsabil?**

Jocul Responsabil înseamnă a juca pentru distracție, în limite sigure, având control asupra propriilor decizii. Înseamnă să știi când să te oprești, când să ceri o pauză și când să soliciți ajutor, dacă apare un disconfort.

Scopul programului este protecția jucătorului – în special prevenirea problemelor care pot apărea atunci când jocul nu mai este doar o distracție. [Regulament Joc Responsabil.pdf](#)

◆ **Principiile de bază ale jocului responsabil:**

➤ **Joacă doar cu bani pe care îți permiți să îi pierzi**

Banii de chirie, facturi, mâncare sau familie nu ar trebui niciodată folosiți pentru joc.

➤ **Stabilește-ți limite în avans**

- ✓ Limite de timp;
- ✓ de bani;
- ✓ de frecvență.

Pe platformele de jocuri de noroc online, a Loteriei Naționale, aceste limite pot fi setate direct în cont sau prin intermediul operatorului la solicitarea proprie.

➤ **Înțelege că jocul nu este o soluție financiară**

Jocurile de noroc sunt întâmplare, nu strategii de venit. Nu rezolvă probleme financiare.

➤ **Fii atent la emoțiile tale**

Joacă doar când ești calm. Nu juca pentru a scăpa de stres, tristețe sau plictiseală.

➤ **Ia pauze regulate**

O pauză scurtă îți menține claritatea deciziilor.

➤ **Cunoaște-ți opțiunile de protecție**

Dacă simți că ai nevoie, există:

- limite personalizate,
- autoexcludere temporară,
- informare,
- consiliere gratuită prin programul „Joc Responsabil”.

◆ **De ce este important jocul responsabil?**

- Pentru că te ajută să păstrezi echilibrul între divertisment și responsabilitate.
- Oferă siguranță, control și protecție emoțională, în plus, reduce riscurile legate de:
 - impulsivitate,
 - pierderi financiare neplanificate,

- dependență,
- conflicte personale.
 - Când joci responsabil, tu deții controlul, nu jocul.

◆ Cum te poate ajuta Programul „Joc Responsabil”?

Programul oferă:

- ✓ informații clare despre risc
- ✓ instrumente de protecție pe platformă
- ✓ consiliere gratuită de specialitate
- ✓ suport confidențial
- ✓ recomandări personalizate
- ✓ soluții pentru pauze sau limitări

Scopul nu este să oprească pe cineva din joc, ci să-l ajute să joace în siguranță și să evite problemele. [Regulament Joc Responsabil.pdf](#)

◆ Când e momentul să ceri ajutor?

- Jocul îți afectează somnul sau starea emoțională;
- Ai probleme financiare din cauza jocului;
- Ascunzi cât joci;
- Joci mai mult decât ai planificat;
- Încerci să recuperezi pierderile;
- Cei apropiați își fac griji pentru tine.

Dacă te regăsești în oricare dintre aceste semne, specialiștii programului „Joc responsabil” sunt aici pentru tine – confidențial, fără judecată.

◆ Concluzie

**Jocul Responsabil nu este o obligație, ci o protecție pentru tine.
E modul cel mai sigur de a transforma jocul într-o formă de divertisment sănătoasă,
controlată și lipsită de riscuri.**



Programul „Joc responsabil” derulat de „LOTERIA NAȚIONALĂ A MPLDOVEI”