

## Что такое ответственная игра?

Азартные игры могут быть приятной формой развлечения, если ими заниматься сбалансированно и осознанно. Для этого существует концепция Ответственной игры – набор принципов и инструментов, которые помогают игроку получать удовольствие от игры, не влияя на его личную, финансовую или эмоциональную жизнь.

Ответственная игра означает играть ради удовольствия, в безопасных пределах, контролируя собственные решения. Это значит знать, когда остановиться, когда сделать перерыв и когда обратиться за помощью, если возникает дискомфорт. Цель программы – защита игрока, особенно предотвращение проблем, которые могут возникнуть, когда игра перестает быть просто развлечением.

### ◆ Основные принципы ответственной игры:

#### ➤ ***Играйте только на деньги, которые вы готовы потерять***

Деньги, предназначенные на аренду, счета, еду или семью, никогда не должны использоваться для игры.

#### ➤ ***Устанавливайте лимиты заранее***

- ✓ Временные лимиты;
- ✓ Денежные лимиты;
- ✓ Лимиты по частоте.

На онлайн-платформах азартных игр, в том числе Национальной Лотереи, эти лимиты можно установить прямо в аккаунте или через оператора по собственной просьбе.

#### ➤ ***Понимайте, что игра не является финансовым решением***

Азартные игры — это случайность, а не стратегия заработка. Они не решают финансовые проблемы.

#### ➤ ***Следите за своими эмоциями***

Играйте только когда вы спокойны. Не играйте, чтобы избавиться от стресса, грусти или скуки.

#### ➤ ***Делайте регулярные перерывы***

Короткий перерыв помогает сохранить ясность решений.

#### ➤ ***Знайте свои защитные опции***

Если вы чувствуете, что это необходимо, доступны:

- индивидуальные лимиты,
- временное самоисключение,
- информирование,
- бесплатное консультирование через программу «Ответственная игра».

## ◆ Почему ответственная игра важна?

Потому что он помогает сохранять баланс между развлечением и ответственностью.

Обеспечивает безопасность, контроль и эмоциональную защиту, кроме того, снижает риски, связанные с:

- импульсивностью,
- непредвиденными финансовыми потерями,
- зависимостью,
- личными конфликтами.

Когда вы играете ответственно, контроль в ваших руках, а не у игры.

## ◆ Чем может помочь вам Программа «Ответственная игра»?

### **Программа предлагает:**

- ✓ понятную информацию о рисках
- ✓ инструменты защиты на платформе
- ✓ бесплатное профессиональное консультирование
- ✓ конфиденциальную поддержку
- ✓ персонализированные рекомендации
- ✓ решения для пауз или ограничений

Цель программы не в том, чтобы остановить кого-либо от игры, а помочь играть безопасно и избегать проблем.

## ◆ Когда стоит обратиться за помощью?

- Игра влияет на ваш сон или эмоциональное состояние;
- У вас финансовые проблемы из-за игры;
- Вы скрываете, сколько играете;
- Вы играете больше, чем планировали;
- Пытаетесь отыграться за потери;
- Близкие переживают за вас.

Если вы узнали себя в любом из этих признаков, специалисты программы «Ответственная игра» готовы помочь вам – конфиденциально, без осуждения.

## ◆ Вывод

Ответственная игра – это не обязанность, а защита для вас. Это самый надежный способ превратить игру в форму здорового, контролируемого и безопасного развлечения.



Программа «Ответственная игра» проводится «НАЦИОНАЛЬНОЙ ЛОТЕРЕЕЙ МОЛДОВЫ»