



# 안전한 도박

단순히 즐길 수 없다면 도움을 청하세요

---

도박을 즐기고 있으신가요?

돈을 벌기 위해서가 아니라 재미로  
플레이하세요. 낭비를 막아줄 수 있는  
믿을 수 있는 친구와 함께 참여하세요.

---

잔돈을 사용하고  
계신가요?

여가 활동을 위해 지정된 돈만  
사용하고, 생활비에 써야 할 돈은  
사용하지 마세요

---

다른 취미가  
있으신가요?

도박이 다른 일에 지장을 주지 않게  
삶의 균형을 유지하세요.

---

# 도박이 문제가 될 수 있는 징후.

---

## 시간 또는 돈

감당할 수 있거나 계획한 것보다  
도박에 점점 더 많은 시간과 돈을  
사용하는 경우

---

## 기분 및 행동

언제 다시 도박을 할 것인지에 대해  
점점 더 많이 생각하거나 도박에  
대해 거짓말을 할 때 더 화가 나고  
스트레스를 받는 경우

---

## 문제

인간관계나 직장 관련 문제에도 불구하고  
도박을 계속하는 경우. 또는 도박을 줄이려고  
노력하는 데 어려움을 겪었던 경우.

---

무료 비밀 유지 지원 상담 전화

1-800-GAMBLER

또는 800GAM로 문자 전송

---

