

## I. Informacje o ryzyku związanym z hazardem

1. Uprawianie hazardu może prowadzić do uzależnienia się od tej czynności. Uzależnienie od hazardu można porównać do uzależnienia od innych czynności takich jak: spożywanie alkoholu, palenie wyrobów tytoniowych, robienie zakupów, granie w gry wideo czy też korzystanie z portali społecznościowych.
2. Możliwość uzależnienia się od uprawiania hazardu warunkowana jest szeregiem czynników, pośród których można wymienić przykładowo:
  - a. uwarunkowania związane z osobowością Uczestnika takie jak:
    - i. niedojrzałość społeczna oraz emocjonalna,
    - ii. niedostateczne poczucie własnej wartości,
    - iii. wysoka potrzeba odniesienia sukcesu życiowego,
    - iv. wykluczenie społeczne, towarzyskie, osamotnienie,
    - v. podwyższona skłonność do podejmowania zachowań ryzykownych.
  - b. uwarunkowania o charakterze społeczno-kulturowym takie jakie:
    - i. ponadprzeciętnie wysoki poziom akceptacji otoczenia dla gier hazardowych jako sposobu spędzania czasu wolnego,
    - ii. akceptacja przez rodziców (opiekunów) oraz nauczycieli faktu uprawiania hazardu na pieniądze przez dzieci oraz młodzież,
    - iii. potrzeba przynależności do grupy rówieśniczej oraz skłonność do bezkrytycznego powielania wzorców spędzania wolnego czasu obowiązujących w jej ramach.
3. W większości przypadków uprawianie hazardu nie prowadzi do powstania uzależnienia od tej czynności, należy jednak zawsze kontrolować, czy poziom zaangażowania oraz intensywność wykonywania tych czynności nie posiada znamion uzależnienia.
4. W celu weryfikacji, czy udział Uczestnika w Grze Hazardowej nie zaczyna nosić znamion uzależnienia od niej, należy pamiętać o następujących regułach odpowiedzialnego postępowania:
  - a. Gra Hazardowa jest wyłącznie zabawą i nigdy nie powinny być traktowana jako forma zarabiania pieniędzy.
  - b. Uczestnik nie powinien angażować się dalej w Grę Hazardową jeżeli celem jego działania jest odegranie się za niepowodzenie w poprzednim losowaniu.
  - c. Uczestnik powinien ustalać okresowe budżety środków pieniężnych, jakie gotowy jest przeznaczyć na Grę Hazardową, biorąc pod uwagę możliwość ich straty (limit: dzienny, tygodniowy, miesięczny, kwartalny itp.).
  - d. Uczestnik nie powinien angażować się w Grę Hazardową jeżeli jest zmęczony, wyczerpany, znajduje się pod wpływem alkoholu, narkotyków albo innych środków odurzających lub ograniczających zdolność postrzegania rzeczywistości.
  - e. Uczestnik powinien zwracać uwagę na to, ile czasu w trakcie dnia poświęca na udział w Grze Hazardowej oraz sprawdzać, czy udział w Grze Hazardowej nie ogranicza innych jego aktywności oraz obowiązków.
  - f. Uczestnik powinien na bieżąco analizować, czy jego udział w Grze Hazardowej nie prowadzi do pojawienia się stanów lękowych, depresyjnych, oznak wykluczenia społecznego lub towarzyskiego, osamotnienia - w przypadku zaobserwowania oznak którejkolwiek z tych

zjawisk Uczestnik powinien niezwłocznie zakończyć Grę Hazardową i zasięgnąć profesjonalnej pomocy terapeutycznej lub medycznej.