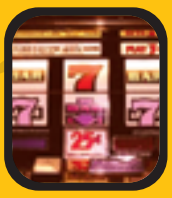
책임 있게 하는 겜블 안내서

만약에 겜블이 오락으로 만족되지 못하고 그 이상의 것으로 여겨지시면, 아래의 안내서를 참조하셔서 플레이를 적당하게 하십시오.



잃은 돈을 기분전환에 사용하였다고 생각하십시오. 딴 돈은 보너스로 받았다고 생각하십시오.

겜블 한도액을 정하시고 그 액수로 한정하십시오.

겜블 한도시간을 정하시고 그 시간 만 하십시오. 돈을 잃었던 땄던 정해진 한도 시간이 지나면 그 자리를 떠나십시오.

겜블에서 돈을 잃는 것은 아마도 당연한 것이라 이해하시고 그 결과를 받아 들이십시오.

겜블을 위해 돈을 빌리지 마십시오.

겜블로 인해 가족, 친구, 또는 일등이 방해되거나 그 자리를 대신해서는 안 됩니다.

잃은 돈을 회복하려 하지 마십시오. 대부분 잃은 돈을 찾으려 하시다가 더 많은 돈을 잃을 수가 있습니다.

겜블로 당신 마음의 상처나 신체적 아픔을 대신 치료하려고 하지 마십시오.

자신에게 심각한 문제가 있음을 인지 하십시오.

Translation courtesy of the California Lottery 3820 KOREAN

만약에 겜블을 더 이상 오락으로 즐길 수가 없으면, 당신 자신에게 물어 보십시오: 왜 내가 아직도 플레이를 하고 있는지? 그리고 전화를 하십시오.

OFFICE OF PROBLEM GAMBLING
California Department of Public Health

1-800-426-2537 또는 **www.problemgambling.ca.gov** 에서 도움을 받으십시오.