

1 Avez-vous misé plus d'argent que ce que vous pouviez vous permettre de perdre ?

- Jamais 0 point
- Parfois 1 point
- La plupart du temps 2 points
- Toujours 3 points

2 Avez-vous eu besoin de miser plus d'argent pour obtenir la même excitation ?

- Jamais 0 point
- Parfois 1 point
- La plupart du temps 2 points
- Toujours 3 points

3 Vous arrive-t-il de rejouer pour regagner l'argent perdu ?

- Jamais 0 point
- Parfois 1 point
- La plupart du temps 2 points
- Toujours 3 points

4 Avez-vous vendu quelque chose ou emprunté pour obtenir de l'argent pour jouer ?

- Jamais 0 point
- Parfois 1 point
- La plupart du temps 2 points
- Toujours 3 points

5 Avez-vous déjà eu le sentiment d'avoir un problème de jeu ?

- Jamais 0 point
- Parfois 1 point
- La plupart du temps 2 points
- Toujours 3 points

6 Est-ce que le jeu vous a déjà causé des problèmes de santé tels que du stress et/ou de l'angoisse ?

- Jamais 0 point
- Parfois 1 point
- La plupart du temps 2 points
- Toujours 3 points

7 Des personnes ont-elles critiqué vos habitudes de jeu ou vous ont-elles dit que vous aviez un problème de jeu (que vous soyez d'accord ou non) ?

- Jamais 0 point
- Parfois 1 point
- La plupart du temps 2 points
- Toujours 3 points

8 Vos habitudes de jeu ont-elles engendré des difficultés financières pour vous ou votre foyer ?

- Jamais 0 point
- Parfois 1 point
- La plupart du temps 2 points
- Toujours 3 points

9 Vous êtes-vous déjà senti coupable de vos habitudes de jeu ou de ce qui arrive lorsque vous jouez ?

- Jamais 0 point
- Parfois 1 point
- La plupart du temps 2 points
- Toujours 3 points

 **Comptez vos Points!**

TOTAL:

Quel joueur êtes-vous? "les résultats"

Votre score est inférieur ou égal à 2 points

Bien Joué!

Vos réponses indiquent que vous semblez avoir de bonnes habitudes de jeu.

Votre score est compris entre 3 et 7 points

Soyez Vigilant!

Vos réponses indiquent que certaines de vos habitudes de jeu méritent une attention particulière.

Votre score est de 8 points ou plus

Attention

Selon vos réponses, vous semblez avoir perdu la maîtrise de votre jeu. Ne restez pas seul(e) avec votre problème. Parlez-en à votre entourage ou contactez l'un de nos partenaires.

Besoin d'aide?

SOS
joueurs

09 69 39 55 12
appel non surtaxé

AIDE INFO JEU
Le site d'information et d'assistance en ligne

www.ifac-addictions.fr

Rubrique : Besoin d'aide
pour trouver de l'aide près de chez vous.

09 74 75 13 13 de 8h à 2h, appel non surtaxé

JOUEURS INFO SERVICE.FR
VOUS GAGNEZ À EN PARLER

restez maître du jeu!
fixez vos limites



Le Français des Jeux - 315 065 292 RCS Nanterre - Novembre 2017 - Ne jetez pas sur la voie publique - Crédits photos : Shutterstock



FDJ

LES JEUX D'ARGENT ET DE HASARD et Vous!

Le Saviez-vous?

La France compte plus de 29 millions de joueurs de jeux d'argent (tous opérateurs confondus). Sur l'ensemble de la population du pays, on distingue une augmentation des joueurs à risques*

Augmentation des joueurs à risques



Stabilité des joueurs excessifs



61% des parents des mineurs n'ont pas suffisamment conscience des risques d'addiction liés aux jeux d'argent et de hasard**

*Source - Enquête nationale sur les jeux d'argent et de hasard - ODJ / INPES. Comparaison entre les 2 dernières études (2010 et 2014).

**Enquête Opinion Way, Les Français et le jeu des mineurs, juin 2017.



Comme toute pratique liée au plaisir et à l'évasion, la dimension attractive des jeux d'argent et de hasard peut parfois conduire à des excès. Dans une situation de fragilité, certaines personnes peuvent être entraînées, contre leur volonté, sur le chemin de la dépendance.

Pour cette raison, le jeu d'argent et de hasard est une activité réglementée. Elle s'adresse à des adultes avertis et informés.

Dans cet esprit, cette brochure apporte un premier niveau de réponse aux questions suivantes :

1 Pourquoi la vente de jeu d'argent et de hasard est-elle interdite aux mineurs ?

2 Comment jouer avec plaisir en toute sérénité ?

3 Quel joueur êtes-vous ? Test d'auto-évaluation

1 Pourquoi la vente de jeu d'argent et de hasard est-elle interdite aux mineurs?

- La vente de tous les jeux d'argent et de hasard (digital et point de vente) est interdite aux mineurs par la loi (Art. 5 de la loi n°2010-476 du 12 mai 2010).
- En effet, les experts soulignent que les enfants et les adolescents n'ont pas toujours la maturité et le recul nécessaires face à certaines émotions, dont celles liées à un gain éventuel (même de quelques euros...).
- Les mineurs ont tendance à penser que le jeu d'argent et de hasard et/ou leur expertise éventuelle dans le sport, pourraient leur permettre de gagner de l'argent rapidement et sans effort.
- Cette perception, erronée de la réalité, peut les fragiliser et augmenter le risque de perte de contrôle sur le jeu.
- Les conséquences peuvent être irréversibles et sérieuses comme par exemple, l'échec scolaire, les dettes, l'isolement, etc.

1/3* des mineurs de 15 à 17 ans a déclaré avoir joué à un jeu d'argent. Parmi eux, 11% ont des pratiques excessives = 2 fois plus nombreux que chez les adultes*



*Source - Enquête nationale sur les jeux d'argent et de hasard - ODJ / INPES - 2014.

2 Comment jouer avec plaisir en toute sérénité?

LE BON ÉQUILIBRE

- Je joue avant tout pour **m'amuser, me distraire.**
- Je reste **vigilant(e)** sur ma pratique.
- Je veille à **ne pas jouer pour « me refaire ».**
- Je me fixe un budget** avant de jouer.
- Je ne mise que **ce que je peux me permettre** de perdre.
- Je fais **des pauses.** Je garde le **contrôle.**
- Tenter ma chance, c'est **admettre que je peux perdre** l'argent misé.
- Je **n'emprunte pas** pour jouer.
- Si je suis stressé(e) et irritable quand je joue :** j'arrête.
- Je **ne cherche pas à cacher** mes pratiques de jeu.
- En cas de doute sur mon comportement de jeu, **je n'hésite pas à en parler.**



3 Quel joueur êtes-vous?

Vous pouvez évaluer votre pratique en répondant aux **9 Questions** du test référent d'auto-évaluation « **Quel joueur êtes-vous ?** ». Il va vous donner une estimation de votre pratique.

Faites le Test par ici

* Basé sur l'Indice Canadien du Jeu Excessif.