



## Tout le monde peut développer un problème de jeu.

Si vous connaissez quelqu'un qui a un problème de jeu, vous n'êtes pas la seule personne. Chaque année, près de 600 000 Néo-Écossais s'adonnent à des jeux de hasard. Environ 50 000 personnes risquent d'avoir des problèmes de jeu et pour environ 20 000 d'entre elles, ces problèmes seront graves.

Développer un problème de jeu n'est pas simplement une question de manque de volonté ou de maîtrise de soi.

Pour certaines personnes, les jeux de hasard représentent une façon d'affronter le stress, la dépression ou la solitude. Pour d'autres, le problème commence quand elles gagnent un gros montant d'argent, ce qui leur donne des attentes irréalistes relativement aux gains qu'elles peuvent faire en jouant. D'autres, encore, se retrouvent entraînés dans un cercle vicieux en essayant de recouvrer leurs pertes.

Bien que tout le monde puisse un jour avoir des problèmes de jeu, les personnes qui jouent à la loterie vidéo, qui achètent des billets de loterie pour les tirages quotidiens ou qui jouent au casino au moins une fois par mois, sont les plus à risque. En Nouvelle-Écosse, presque un adulte sur quatre connaît quelqu'un qui est aux prises actuellement avec un problème de jeu, et de ces adultes, un sur cinq cite les terminaux de loterie vidéo comme étant la forme de jeu en question.

## Obtenez de l'aide gratuitement.

Si les coûts affectifs et financiers du jeu commencent à être trop lourds pour vous ou pour une personne qui vous est chère, n'attendez pas. Composez le numéro sans frais ci-dessous n'importe quand pour parler à un conseiller professionnel. Le service est offert 24 heures par jour et 7 jours par semaine. Votre appel sera traité en toute confidentialité.

Ligne d'aide pour les joueurs compulsifs du ministère de la Promotion et de la Protection de la santé de la Nouvelle-Écosse :

1-888-347-8888

1-888-347-3331 (TTY pour les personnes malentendantes)

Communiquez avec un conseiller en ligne à [youarenotalone.ca](http://youarenotalone.ca) (cliquez sur la ligne d'aide pour les joueurs compulsifs).

Trouvez où est situé le bureau des Services de prévention et de traitement des dépendances le plus près de chez vous en consultant [addictionservices.ns.ca](http://addictionservices.ns.ca) ou les pages blanches de l'annuaire téléphonique sous Addiction Services.

Pour des renseignements sur du counseling relativement à votre situation financière et sur d'autres ressources qui pourraient vous aider, allez à [youarenotalone.ca](http://youarenotalone.ca) et cliquez sur « Ressources ».

## Consultez nos sites Web.

[youarenotalone.ca](http://youarenotalone.ca) • [yellowflag.ca](http://yellowflag.ca)

# Les jeux de hasard et votre famille

Sans frais : 1-888-347-8888 • 1-888-347-3331 (TTY)  
[youarenotalone.ca](http://youarenotalone.ca)



## Comment cela peut-il toucher votre enfant?

Le fait qu'il y ait une personne avec un problème de jeu dans la maison peut affecter un enfant de bien des façons. Par exemple, les gens qui ont des problèmes de jeu ont tendance à passer moins de temps avec leur famille, ce qui peut amener un enfant à penser que maman ou papa ne l'aime plus. Quand les gens sont aux prises avec un problème de jeu, ils ont aussi tendance à avoir des sautes d'humeur. Ces hauts et ces bas chargés d'émotion peuvent laisser un enfant confus. De plus, des chicanes entre les parents pour des questions d'argent peuvent faire peur à l'enfant.

Votre enfant peut lui aussi développer un problème de jeu. La consommation d'alcool et l'usage de drogues sont des façons courantes de combattre la dépression, l'incertitude et le stress qui viennent avec le fait de vivre avec quelqu'un qui a un problème de jeu. Ces risques augmentent si l'enfant s'adonne aux jeux de hasard avec son parent.

« Ça brise les familles; parfois c'est un gros problème. »

### Quels sont les signes avertisseurs?

#### Absences

La personne s'absente sans dire où elle va ni pourquoi elle sort; elle manque des rendez-vous, n'est pas au travail, à la maison ou à l'école quand elle devrait y être.

#### Manque d'argent

La personne cesse de dépenser de l'argent sur des choses tels les spectacles, les vêtements, les cadeaux, comme elle avait l'habitude de le faire. Elle ne paie pas ses factures à temps. Elle va souvent au guichet automatique pour retirer plus d'argent pour jouer. Elle emprunte de l'argent, fait des demandes pour de nouvelles cartes de crédit, vend des biens, va même jusqu'à voler.

#### Changements dans la personnalité

La personne perd intérêt dans sa famille et ses amis, ou son travail et ses passe-temps. Elle est distraite, d'humeur changeante ou montre des signes de stress. Elle évite de parler d'argent ou ne dit pas la vérité sur sa situation financière.

« À cause de ma dépendance, j'ai perdu la confiance de ma femme et de ma fille. Mais avec l'aide de ma famille, j'ai été capable de surmonter ma dépendance. »

## Que pouvez-vous faire?

#### Parler

Choisissez un moment et un endroit où vous pouvez parler en privé et adressez-vous calmement à la personne qui a un problème. Décrivez exactement et honnêtement ce que vous avez remarqué. Évitez d'accuser ou de blâmer la personne.

Soyez honnête avec vos enfants. Quand il y a des problèmes au sein d'une famille et qu'on cache la vérité aux enfants, ceux-ci ont tendance à se blâmer pour ces problèmes. Expliquez-leur que le problème n'est pas de leur faute ni de celle du parent joueur. Apprenez-leur que les problèmes de jeu peuvent surgir sans qu'une personne ne s'en aperçoive, et qu'on peut avoir de l'aide pour surmonter ces problèmes.

#### Écouter

La personne peut ne pas admettre qu'elle a un problème et peut se mettre en colère ou encore être vexée ou sur la défensive. C'est bien. Vous avez abordé le sujet. Peut-être sera-t-elle prête à en parler une autre fois.

Laissez les enfants poser des questions et décharger leur colère aussi. L'amour et la colère sont des sentiments normaux. C'est correct d'aimer le parent qui a un problème de jeu tout en étant encore en colère à cause du problème.

#### Encourager

Quoi qu'il arrive, assurez la personne de votre soutien affectif et de votre compréhension. Offrez-lui votre aide pour élaborer un plan pour jouer moins et cesser de jouer. Suggérez des façons de passer du temps ensemble qui n'ont rien à voir avec le jeu. Laissez la personne décider quelle est la meilleure façon pour elle de reprendre sa vie en main. Évitez de lui offrir de l'argent pour payer ses dettes de jeu.

Surmonter un problème de jeu n'est pas facile et cela nécessitera habituellement beaucoup de tentatives. Acceptez de revoir le plan étant donné qu'il devra vraisemblablement être revu à mesure que le temps passe.

Encouragez la personne à communiquer avec la ligne d'aide pour les joueurs compulsifs pour parler à un conseiller professionnel. Si elle préfère rencontrer quelqu'un en personne, dites-lui d'appeler le bureau régional des Services de prévention et de traitement des dépendances.

Vous et vos enfants aurez également besoin d'aide. La ligne d'aide pour les joueurs compulsifs et le bureau des Services de prévention et de traitement des dépendances peuvent tous les deux vous aider.

« Aujourd'hui, je deviens une meilleure personne. Il y a de l'espoir. Il y a une façon de s'en sortir. »

« J'ai appris que toutes ses économies avaient disparues et que les cartes de crédit étaient à la limite. Je me suis sentie trahie et coupable de ne pas avoir vu les signes et de ne pas avoir agi plus tôt. »

## Prochaines étapes

Si vous êtes le ou la partenaire de vie de la personne qui a un problème de jeu, vous devez vous protéger financièrement. Voici comment :

- en ouvrant des comptes de banque qui exigent deux signatures pour tout changement ou retrait;
- en prenant les mesures nécessaires pour que le salaire de la personne soit déposé directement dans ces comptes;
- en annulant toutes les cartes de crédit conjointes;
- en limitant le montant que la personne peut retirer du guichet automatique;
- en obtenant des conseils sur la façon de gérer les dettes; il y a des renseignements sur notre site Web à [youarenotalone.ca](http://youarenotalone.ca) (cliquez sur « Ressources »).

« La route sera longue, mais on va y arriver. Une étape à la fois. N'attendez pas. Demandez de l'aide maintenant. Aujourd'hui. »

Le service de la ligne d'aide aux joueurs compulsifs de la Nouvelle-Écosse est offert 24 heures par jour, 7 jours par semaine.