

J'emprunte
auprès d'amis
pour jouer.

Comment
m'en sortir?

Besoin d'informations
supplémentaires?
Contactez-nous par e-mail:
info@joueurs.aide-en-ligne.be

VOS HABITUDES DE
JEUX DEVIENNENT
ENVAHISSANTES?

Mon mari joue de
plus en plus et me
cache des choses.

Où trouver
de l'aide?

 joueurs.aide-en-ligne.be



Une initiative de l'asbl Pélican, centre spécialisé dans la
prévention et l'accompagnement des addictions
Avec le soutien du Service public francophone bruxellois



REPRENEZ
LE CONTRÔLE
AUJOURD'HUI



DE L'INFORMATION

Vous vous posez des questions sur les jeux d'argent et la dépendance au jeu? Nous proposons:

- > de l'information sur les jeux de hasard, les risques associés et l'addiction.
- > des conseils pour les proches d'un joueur excessif.
- > des adresses et des pistes d'aide.

DES TESTS

Vous souhaitez évaluer les risques de vos habitudes de jeu(x). Nous proposons:

- > des tests gratuits, rapides et anonymes.
- > un feedback personnalisé et de l'aide.

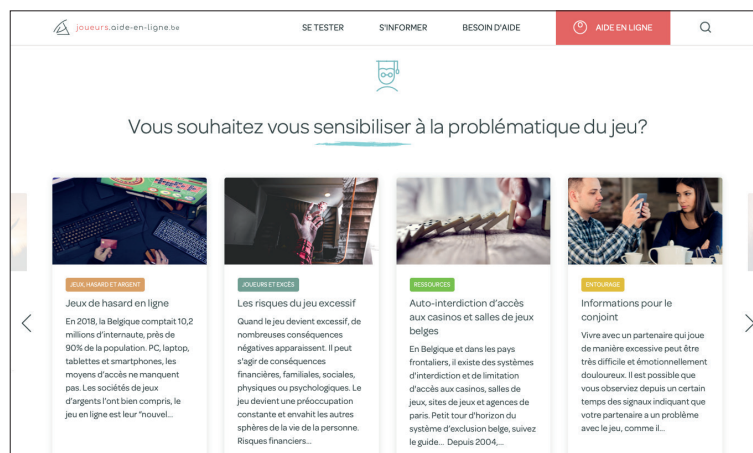


UN PROGRAMME D'AIDE

Vous voulez diminuer ou arrêter le jeu? Nous proposons un programme autonome d'une durée de 12 semaines:

- > choisissez vos objectifs pour le jeu.
- > repérez des situations à risques.
- > mettez des stratégies en place pour les gérer efficacement.

Le programme d'aide en ligne est gratuit, anonyme et accessible 7J/7 & 24h/24



UN SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Vous voulez être accompagné dans votre démarche pour arrêter/diminuer le jeu?

- > vous pouvez solliciter l'accompagnement d'un psychologue en ligne.
- > les contacts se font via chats.

L'accompagnement psychologique est gratuit, anonyme et sur rendez-vous.

UN FORUM

Vous souhaitez échanger avec d'autres participants de l'Aide en ligne?

- > bénéficiez d'un forum privé réservé aux personnes inscrites à l'Aide en ligne.