

Créer de bonnes habitudes :

Les jeux de hasard et d'argent chez les personnes âgées



Que sont les jeux de hasard et d'argent?

- Une personne joue quand elle risque quelque chose de valeur, généralement de l'argent, alors que le résultat est imprévisible. Elle ignore si elle va gagner ou perdre, car l'issue du jeu est régie principalement par le hasard.^{1,2}
- Le jeu devient problématique lorsqu'il occasionne un préjudice financier pour la personne, perturbe sa vie ou crée des problèmes avec ses amis et sa famille.³
- Si vous craignez d'avoir un problème de jeu, demandez-vous si vous avez déjà :
 - essayé de changer vos habitudes de jeu
 - menti sur le montant de vos paris
 - été inattentif, le jeu accaparant vos pensées⁴

Comment se manifeste le jeu problématique?³

- Fait de miser davantage que ce qu'on avait initialement prévu.
- Sentiment d'abattement, de malaise ou de culpabilité lié à la passion du jeu.
- Manque d'argent pour se nourrir et payer son loyer ou ses factures.
- Tendance à éviter la compagnie de ses amis et des membres de sa famille.

Comment puis-je jouer en toute sécurité?⁵

- Fixez-vous un budget et faites en sorte de vous y tenir.
- Fixez-vous une durée de jeu limite.
- Si vous gagnez, vous pouvez vous réjouir, mais ayez conscience que c'est le fruit du hasard.
- Trouvez un équilibre entre le jeu et d'autres activités.

Où puis-je trouver de l'aide?



Il existe, en matière de santé mentale et de dépendance, des ressources et des services de soutien à proximité de chez vous. Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec l'un des organismes suivants :

ConnexOntario

<http://www.connexontario.ca/fr>

Tél. : 1 866 531-2600

Accès 24 heures sur 24, sept jours sur sept dans tout l'Ontario, à des services de renseignements confidentiels et gratuits sur la santé mentale, la lutte contre les dépendances et le traitement du jeu problématique.

Centre de toxicomanie et de santé mentale

<http://www.problemgambling.ca/gambling-help/fr>

Tél. : 1 800 463-2338

Information sur les services sociaux communautaires

<http://www.211ontario.ca/fr/> Composez le 211.

Références

1. Centre de toxicomanie et de santé mentale. Information sur le jeu, 2018. Accessible en ligne : <https://www.problemgambling.ca/gambling-help/fr/gambling-information/default.aspx>, consulté le 7 février 2020.
2. TIRACHAIMONGKOL, Luxana Connie, Alun Conrad JACKSON et Jane E. TOMNAY. « Pathways to problem gambling in seniors », *Journal of Gerontological Social Work*, n° 53 (6), 2010, p. 531-546.
3. Centre de toxicomanie et de santé mentale. Gambling in older adults, 2019. Accessible en ligne : <https://www.camh.ca/en/health-info/guides-and-publications/gambling-in-older-adults> (en anglais), consulté le 7 février 2020.
4. TOCE-GERSTEIN, Marianna, Dean R. GERSTEIN et Rachel A. VOLBERG. « The NODS-CLiP: A rapid screen for adult pathological and problem gambling », *Journal of Gambling Studies*, n° 25 (4), 2009, p. 541-555.
5. Centre de toxicomanie et de santé mentale. *Problem gambling: A guide for families*, 2008. Accessible en ligne : <https://learn.problemgambling.ca/PDF%20library/handbook-guide-for-families-accessible-2017.pdf> (en anglais), consulté le 7 février 2020.

Document créé par le Centre de toxicomanie et de santé mentale, avec l'appui financier du Ministère des Services aux aînés et de l'Accessibilité de l'Ontario.