

由于赌博问题不像酒精或吸毒那么显而易见, 因此可能会被忽视。以下是一些要注意的讯号:

- 疏远亲朋好友
- 增加使用电子设备的时间
- 对体育赛事有浓厚兴趣
- 花大量时间思考或谈论赌博
- 旷课去赌博
- 在赌博上撒谎, 包括赌博花费的时间及/或金钱
- 变得更神秘, 更具防御性或侵略性
- 营养不良、健康欠佳及睡眠不足
- 借钱、偷钱或其他有价值的财物去赌博

欲了解更多资讯或查找本地支援服务, 请浏览
ResponsibleGambling.org



您可以联系以下机构, 获取更多资讯或协助:

加拿大上瘾行为及心理健康中心 (Centre for
Addiction and Mental Health, 简称 CAMH)
请浏览 camh.ca 或致电 416-535-8501 (按2)。

Gamtalk
赌博问题的网上支援。
请浏览 gamtalk.org

ConnexOntario
这是一项每周7天、每天24小时提供的免费及保密
求助热线, 为那些担心自己或亲友赌博情况的人士,
提供170种语言的支援服务。
请致电 1.866.531.2600 或浏览 connexontario.ca。

理性博彩局
全力投入, 让赌博更安全。

理性博彩局 (Responsible Gambling Council, 简称 RGC) 是一个独立的非营利机构, 致力于预防
加拿大及全球各地的问题赌博已超过35年。我们认为,
赌博绝不应对人造成伤害。因此, 我们会确保适当的
安全措施能落实到位, 从而推动积极的改变,
并提高理性赌博的标准。

www.ResponsibleGambling.org



赌博与青少年: 了解其中风险



理性博彩局



RESPONSIBLE GAMBLING COUNCIL

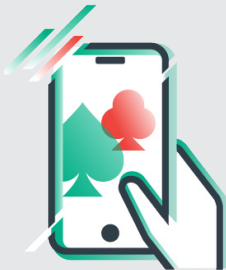
APP、网站、电子游戏与社交媒体，让年轻人赌博变得越来越方便。虽然所有司法管辖区都禁止未成年人进行合法赌博，但有些年轻人早在12岁就开始赌博了。

5项值得思考的资料

- 1 颇高比例的青少年报说，在19岁之前曾以某种形式进行赌博或受过赌博所害。*
- 2 有10分之1的青少年曾在过去三个月内参与网上赌博，其中体育博彩是最受欢迎的博彩类型。²
- 3 据报，在网上赌博的青少年比在实体场所赌博的青少年，出现更多的赌博问题。³
- 4 有12.4%的青少年曾在过去3个月内玩过网上模拟赌博游戏。⁴
- 5 这些玩过模拟赌博游戏的人较有可能参与赌钱和有赌博问题。⁵

赌博有导致严重后果的风险，例如健康欠佳、学习退步、睡眠不足及人际关系受损等。现在就为子女灌输赌博风险的知识，不但有助他们预防此刻出现赌博问题；即使他们成年后选择合法赌博，也有帮助。

- 聊聊赌博的风险
讨论体育博彩、扑克、其他博彩游戏及非赌场游戏带来的危险。
- 指出问题的迹象
审视与赌博问题的相关迹象。
- 以身作则
与子女谈论理性赌博，并发挥正面的影响力。
- 传达清晰的信息
年轻人需要了解赌场、博彩场所及彩票提供的博彩活动，旨在让人们输钱，而非赚钱。



下注一场冰球比赛、午餐时间玩纸牌游戏、购买虚拟战利品箱……这些看似无害的行为，日后却可能导致严重伤害。因此，先向子女指出赌博可引致的问题，防范于未然很重要。

开始对话：5个可考虑的贴士

- 选择合适的时间：在看到赌博广告后、散步时，或看完剧集坐在沙发上时打开话匣，是开始讨论该话题的绝佳时机。
- 言之有物：根据他们的兴趣，量身定制对话内容。如果子女喜欢打游戏，可考虑讨论电竞博彩。
- 细心倾听：耐心倾听、轻松倾谈，将让子女更容易接收到您的信息。
- 保持对话精简/简洁为要：冗长的说教，可能会令子女听不进去。
- 保持沟通渠道畅通：注意子女的负面行为，例如熬夜或总是要钱？将您观察到的现象告诉子女，但不要标签化或说得太含蓄。

您知道吗？

31%的安省中学生报说，曾在过去一年内参与一项或多项赌博活动。***

您知道吗？

安省中学生玩得最多的游戏，是押钱在打赌或私人赌局上（12%），以及投注体育博彩（10%）。**

您知道吗？

大约7%的中学生有中低度的赌博问题，而约2%则有严重的赌博问题。***

* Elton-Marshall-Leatherdale 及 Turner, 2016 2. 同上 3. 同上 4. Veselka 等人, 2018 5. 同上 ** Boak, A.、Hamilton, H.A.、Adlaf, E.M.、Henderson, J.L. 及 Mann, R.E. (2018)。1991至2017年安省学生的心理健康与福祉：安省学生药物使用与健康调查 (Ontario Student Drug Use and Health Survey, 简称 OSDUHS) 的详细调查结果 (CAMH 研究文档系列第 47 号)。安省多伦多。

