

# → TE AYUDAMOS

Reconocer que tenemos un problema es el primer paso para solucionarlo. También pedir ayuda, porque sólo o sólo es muy difícil superar la ludopatía. Existen muchas personas en nuestro entorno (familia, amistades, trabajo...), dispuestas a apoyarte y también profesionales que te guiarán en tu proceso de recuperación.



## → Y SI TENGO UN PROBLEMA CON LOS JUEGOS DE AZAR... ¿QUÉ PUEDO HACER?

PEDIR AYUDA, sin apoyo es muy difícil superar la ludopatía.

### → APÓYATE EN TU FAMILIA Y AMISTADES



Las personas que cuentan con UN ENTORNO QUE LES ACOMPAÑA Y APOYA consideran que el proceso de rehabilitación se les ha hecho más fácil gracias a este apoyo recibido.

### → CONSULTA EN TU CENTRO DE SALUD CON TU EQUIPO DE ATENCIÓN PRIMARIA



Desde 1980 la ludopatía está reconocida oficialmente como ENFERMEDAD, es una adicción comportamental. La RED DE SALUD PÚBLICA te ayuda a dar los primeros pasos.

Solicita orientación a los SERVICIOS SOCIALES DE BASE o UNIDADES DE BARRIO.

### → SOLICITA LA INCLUSIÓN EN EL REGISTRO DE PERSONAS AUTOPROHIBIDAS



ESTATAL. Impide el acceso a plataformas de juego online en España.

Regula la entrada a los locales de juego.



### → SI HAS GENERADO DEUDAS POR EL JUEGO PUEDES INSCRIBIRTE EN EL FICHERO EFICAZ



Con la inscripción en el Fichero de exclusiones de financiación para conductas adictivas y de azar, queda restringido el acceso a cualquier tipo

de préstamo o crédito en aquellas entidades que voluntariamente se hayan adherido a esta iniciativa.



### → TAMBIÉN PUEDES DIRIGIRTE A ASOCIACIONES ESPECIALIZADAS, EN NAVARRA HAY VARIAS.



### → HERRAMIENTA PREVENTIVA [www.jolastualajokatu.org](http://www.jolastualajokatu.org)



Una web para dar respuesta a las necesidades formativas de las familias aportando información sobre los juegos de azar y las apuestas deportivas, que permita conocer la relación de adolescentes y jóvenes con esta realidad. Incluye contenidos sobre juego y juventud navarra con pautas y recursos para la juventud y las familias.

CONOCE LA HERRAMIENTA →



### → Esta exposición es el resultado de la colaboración entre el Instituto Navarro de Salud Pública y Laboral y la Asociación Aralar, dentro de un proyecto de prevención de la adicción a los juegos de azar suscrito entre ambas entidades y tiene por objeto ser una herramienta para la prevención y la reflexión social.



asociación  
**ARALAR**  
ELKARTEA



EL DATO

Habitualmente se combinan los grupos de terapia con la atención individualizada y también se presta apoyo a las familias. A día de hoy, Aralar atiende anualmente entorno a 300 personas, 120 son afectadas directas, con problemas de juego, y el resto familias y personas de apoyo que también son atendidas desde la entidad. En los últimos años ha añadido a su trabajo la prevención.

### → CONTACTA SI NOS NECESITAS

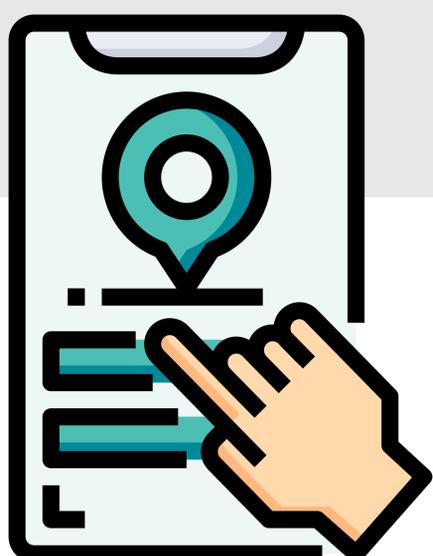
665 802 545

[www.asociacionaralar.org](http://www.asociacionaralar.org)



"Han sido dos años muy duros, con altibajos. El camino no es fácil pero, con apoyo, he conseguido sacar las apuestas de mi vida. Estoy mucho mejor mentalmente, estoy tranquilo y me he convertido en una persona más sosegada. Antes siempre estaba nervioso. Hoy puedo decir que soy más feliz y he recuperado las riendas de mi vida"

Mikel, persona tratada en Aralar



¿QUIERES SABER MÁS?