

KNOW YOUR PLAY

para padres y personal universitario



La universidad es una etapa nueva y emocionante, pero también implica nuevos desafíos, riesgos y presiones que pueden ser difíciles de sobrellevar tanto para los estudiantes como para los padres y los docentes. Si los padres y docentes comprenden las presiones y cómo estas existen dentro del mundo de las apuestas, pueden ayudar a reducir los riesgos para los adultos jóvenes en sus vidas.

¿Qué puede hacer?

- Comprender los niveles de exposición que los estudiantes pueden tener a los juegos o apuestas.
- Estar atento a cambios en los estudiantes que puedan indicar exposición o un problema potencial. Esto puede incluir irritabilidad, preocupación por eventos deportivos o dispositivos móviles y solicitudes de dinero prestado.
- Fomentar la integración de políticas universitarias sobre las apuestas, iniciativas de prevención, incluida la educación financiera, y recursos de apoyo en todo el campus.

Todos a veces necesitamos un poco de apoyo...

No hay nada de que avergonzarse en pedir ayuda. Si usted o una persona que conoce tiene problemas relacionados con las apuestas, puede obtener ayuda gratuita y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana, comunicándose con la línea de ayuda del Consejo Nacional sobre Problemas con el Juego.



- **Llame al:** 1-800-GAMBLER
- **Envíe un mensaje de texto al:** 800GAM
- **Chatee en:** ncpgambling.org/help-treatment/chat/

Conéctese con el medio de asistencia local. Para buscar recursos por estado, visite: ncpgambling.org/help-treatment/help-by-state/

Para obtener apoyo generalizado en crisis las 24 horas, los 7 días de la semana, relacionado con la salud mental, preocupaciones sobre el alcohol o las drogas, pensamientos suicidas o si solo necesita una persona con quien hablar, comuníquese con la línea nacional de prevención al suicidio al 988.

Para obtener más información, visite: knowyourplay.org