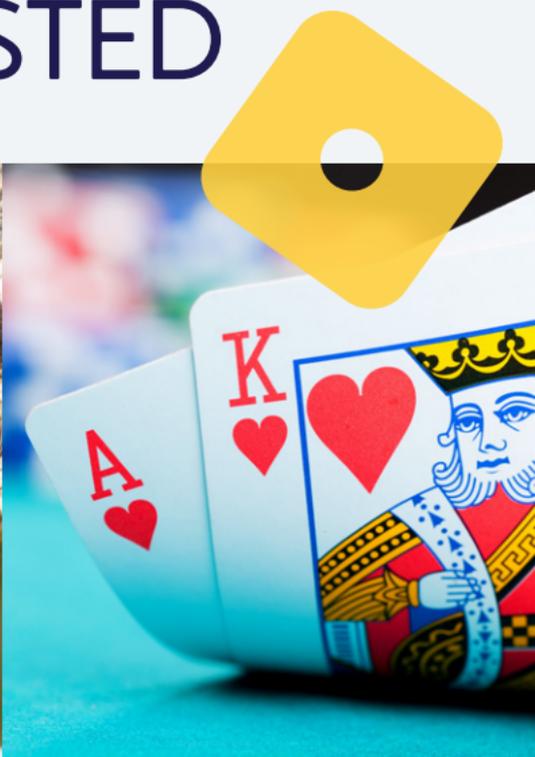


LAS APUESTAS, EL DINERO Y USTED



Sus gastos diarios deben venir antes de las opciones de entretenimiento, tales como los juegos de azar.



Maneras inteligentes para mantener su presupuesto bajo control

YOURBESTBET

TRES PASOS PARA MANTENER SU PRESUPUESTO BAJO CONTROL

Hay tres pasos importantes para asegurarse de que no gasta más de lo que puede pagar en los juegos de azar:

1. Establezca un presupuesto mensual

Un presupuesto mensual le ayudará a planificar dónde va su dinero. Puede usar la plantilla provista para comparar sus ingresos con sus gastos.

Registre todo, desde los gastos principales, tales como los gastos de vivienda, calefacción y transporte, los ahorros y los pagos con tarjeta de crédito, hasta los artículos más pequeños como café, periódicos y almuerzos. Cuanto más preciso pueda ser, mejor.

2. Determine cuánto puede gastar en juegos de azar

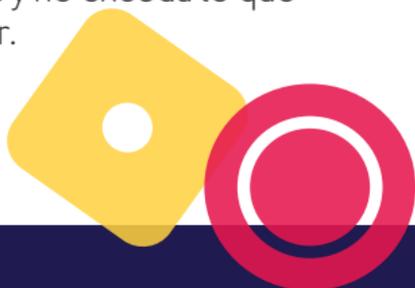
Una vez que compara sus ingresos y gastos, puede determinar cuánto (si lo hubiere) le queda para entretenerse. Querrá considerar las cosas que disfruta, tales como películas, eventos deportivos, conciertos, libros, pasatiempos, viajes y juegos de azar.

Todos estos elementos tienen que salir de la parte de su presupuesto mensual asignado al entretenimiento.

3. Lleve el control de sus jugadas

Cuando haya revisado su presupuesto mensual y haya determinado cuánto puede apostar, el siguiente paso es cumplirlo.

Hacer un seguimiento de sus actividades de juego puede ser tan simple como llevarse solo la cantidad presupuestada cuando salga a jugar. Tenga en cuenta sus gastos y no exceda lo que se ha asignado para apostar.



CONSEJOS PARA MANTENERSE EN EL PRESUPUESTO

Decida lo que quiere gastar en juegos de azar antes de comenzar, y solo lleve consigo esa cantidad.

Deténgase cuando haya alcanzado su límite de presupuesto para apuestas. Limite el acceso a fondos adicionales. Saque la cantidad que planea gastar por adelantado y deje su tarjeta de débito en casa.

No pida dinero prestado para apostar.

El dinero que decida gastar en juegos de azar debe incluirse en la sección de entretenimiento de su presupuesto.

EJEMPLO:

Si tiene \$200 por mes en su presupuesto de entretenimiento y le gusta ir al cine dos veces al mes (2 películas x \$15 = \$30), y asistir a eventos deportivos dos veces al mes (2 eventos deportivos x \$20 = \$40), a usted le quedan aproximadamente \$32.50 por semana para gastar en juegos de azar.



Los juegos de azar son como muchas otras formas de entretenimiento; cuestan dinero. Por eso es recomendable pensar en cómo los juegos de azar se ajustan a su presupuesto general. Seguir estos pasos sencillos es la mejor manera de asegurarse que no gasta más de lo que puede pagar en los juegos de azar.



Para mayor información por favor visite

YOURBESTBET.ca

PLANTILLA DE PRESUPUESTO MENSUAL

INGRESO MENSUAL

Pago neto
(después de impuestos y deducciones) _____
Otros ingresos _____
INGRESO TOTAL _____

GASTOS MENSUALES DE VIVIENDA

Renta o hipoteca _____
Impuestos sobre la propiedad _____
Electricidad _____
Calefacción _____
Mantenimiento y reparaciones _____
Cable/Internet _____
Teléfono/celular _____
Seguros (personal, del hogar) _____

TRANSPORTE

Préstamo/arrendamiento del auto _____
Combustible _____
Seguro y licencia _____
Reparaciones y servicio _____
Transporte público _____

GASTOS DE SUSTENTO

Comestibles
(incluyendo almuerzo, etc.) _____
Cuidados médicos / personales _____
Ropa _____
Cuidados de menores _____
Dinero para gastar _____
Donaciones / regalos _____

ENTRETENIMIENTO

Revistas / libros / periódicos _____
Restaurantes / bares / cafés _____
Cine / teatro / eventos deportivos /
conciertos _____
Juegos de azar _____
Boletos de loterías / rifas _____
Tragamonedas _____
Juegos de casino _____
Apuestas deportivas _____
Carreras de caballos _____
Bingo _____

PAGOS MENSUALES

Ahorros regulares / RRSP
(planes de ahorro registrados) _____
Préstamos personales / líneas
de crédito _____
Tarjetas de crédito _____
Gastos legales _____
Otros _____

GASTOS MENSUALES TOTALES

*Los gastos no deben exceder los ingresos.

EJEMPLO DE DIARIO DE APUESTAS

UBICACIÓN:	<u>Joe's Bar</u>
FECHA:	<u>1ero de mayo</u>
TIEMPO TRANSCURRIDO:	<u>45 minutos</u>
DINERO INVERTIDO:	<u>\$10</u>
DINERO PERDIDO:	<u>\$8</u>
DINERO GANADO:	<u>\$2</u>

DIARIO DE APUESTAS

UBICACIÓN:	_____
FECHA:	_____
TIEMPO TRANSCURRIDO:	_____
DINERO INVERTIDO:	_____
DINERO PERDIDO:	_____
DINERO GANADO:	_____

UBICACIÓN:	_____
FECHA:	_____
TIEMPO TRANSCURRIDO:	_____
DINERO INVERTIDO:	_____
DINERO PERDIDO:	_____
DINERO GANADO:	_____

UBICACIÓN:	_____
FECHA:	_____
TIEMPO TRANSCURRIDO:	_____
DINERO INVERTIDO:	_____
DINERO PERDIDO:	_____
DINERO GANADO:	_____

Este folleto ha sido desarrollado por:



La Red de Apoyo para Juegos de Azar brinda asistencia telefónica y en línea para los habitantes de Nueva Escocia y sus familias que puedan tener problemas relacionados con los juegos de azar. Los servicios son gratuitos, confidenciales y están disponibles las 24 horas del día, los siete días de la semana.

1-888-347-8888 o acceso TTY a través del 711
gamblingsupportnetwork.ca

Para mayor información por favor visite

YOURBESTBET.ca