ᖃᓄᕐᓕ ᖁᕕᐊᑦᑕᐅᑎᒋᓗᒍ ᖀᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᕐᒥᒃ ᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑎᖃᓕᖅᑕᐃᓕᒍᓐᓇᖅᐱᑦ?

ᓱᓇᐅᒻᒪᑦ

ᖁᕕᐊᑦᑕᐅᑎᒋᑐᐃᓐᓇᖅᓱᒍ

ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᖅ?

ᖁᕕᐊᑦᑕᐅᑎᒋᑐᐃᓐᓇᖅᓱᒍ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᐸᑦᑐᒍ ᑎᒍ-
ᓯᓂᐊᖅᑐᒋᓪᓗᑕ, ᐅᑎᕐᕕᐅᓂᐊᖅᑐᒋᓪᓗᑕ. ᑕᐃᒪᓐ-
ᖓᓕᒫᑲᓴᒃ, ᑕᒪᓐᓇ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᖅ ᐊᑐᖅᑕ-ᐅᓲᒍᕗᖅ “ᐱᓐᖑᐊᕈᓯᑎᒍᑦ”. ᓲᕐᓗ ᐃᒫᒃ, ᑭᒃᑯᑐᐃᓐ-ᓇᐃᑦ ᑲᑎᓐᖓᔪᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᖅᑐᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐊᑐᖅᑐᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᔪᕆᔭᒥᓂᒃ ᐃᓕᓯᓪᓗᑎᒃ “ᑎᒍᔭᔅ-

ᓴᓂᑦ”, ᑖᒃᑯᐊ ᑲᑎᓐᖓᔪᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᑦ ᓵᓚᒃᓴᕋ-ᓱᐊᕈᒪᔪᓄᑦ ᐱᓐᖑᐊᖅᑐᓄᑦ. ᐊᑐᓂᑦ ᐱᓐᖑᐊᖅᑐᑦ ᐊᓐᓇᐃᑐᐃᓐᓇᕆᐊᖃᑦᓯᐊᖅᓱᑎᒃ ᑮᓇᐅᔭᓂᒃ ᐃᓕ-ᔭᒥᓂᒃ ᑲᑎᓪᓗᒋᑦ ᓵᓚᒃᓴᐅᑕᐅᒐᓱᐊᖅᑐᓄᑦ.

ᓄᓇᓕᓐᓂ ᐱᓐᖑᐊᕈᑎᒋᔭᐅᒡᒍᔪᑦ (ᕿᑎᒍᑕᐅᒡᒍᔪᑦ ᓴᓚᒃᓴᕋᓱᐊᕐᓂᒃᑯᑦ) ᐅᑯᐊ, ᐱᓐᑰ, ᓇᐃᓴᐃᑎᑎᒍᑦ ᓇᓚᐅᑦᑖᕐᓂᖅ, ᓇᕚᑕᐃᑦ ᒪᑉᐱᖅᑐᒐᐃᑦ ᐊᒻᒪ ᒪᑭᑦᑕᕐᓂᖅ/ᓴᐃᑦᑕᓂᖅ ᓲᕐᓗ ᐸᑎᓐᓂᖅ ᐊᒻᒪ ᑕᐃ-ᔭᐅᔪᖅ Texas Hold’em. ᑕᒪᒃᑯᐊ ᐱᓐᖑᐊᕈᑎᑦ ᐊᑐᖅᑕᐅᓲᖑᓂᖅᓴᐃᑦ ᖁᕕᐊᑦᑕᐅᑎᒋᓪᓗᒋᑦ ᐊᒻᒪ ᑲᑎᓐᖓᕈᓘᔭᕈᑎᒋᓪᓗᒋᑦ ᓲᕐᓗ ᑮᓇᐅᔭᓂᒃ ᑲᑎᖅᓱ-ᐃᒐᓱᐊᕐᓂᑦ, ᑭᐱᓐᖑᐃᔭᕐᓂᕐᒧᑦ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐃᓄᐃᑦ ᑲᑎᓐᓂᖏᑎᒍᑦ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᒃᑯᑦ.

ᖃᖓᒃᑯᓪᓕ ᑕᒪᓐᓇ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᖅ ᐊᑲᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑕᐅᓕᕈᓐᓇᖅᐸ

ᐊᔪᓖᒍᑎᒋᓗᒍ?
ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓗᓂ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᖅ ᐊᑲᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑕ-

ᐅᓐᖏᑦᑐᖅ ᖁᕕᐊᑦᑕᐅᑎᒋᔭᐅᓗᓂ ᐊᑐᖅᑕᐅᒃᐸᑦ ᐊᒻᒪ ᐊᑐᓂᑦ ᐱᓐᖑᐊᖅᑐᑦ ᑲᒪᑦᓯᐊᕈᓐᓇᖅᐸᑕ ᐃᒻᒥ-ᓂᒃ. ᑕᒪᓐᓇ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓗᓂ ᕿᑎᓐᓂᖅ ᐊᑲᐅᓐ-ᖏᓕᐅᕈᑕᐅᕙᓪᓕᐊᓯᒍᓐᓇᖅᑐᖅ ᐊᕝᕕᐊᕈᑕᐅᓯᒃᐸᑦ ᐃᓚᒌᓐᓂᒃᑯᑦ ᐊᒻᒪ ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᑎᒍᑦ ᓲᕐᓗ ᐃᓕᓐ-ᓂᐊᕐᓂᒃᑯᑦ, ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᕐᓂᒃᑯᑦ, ᑮᓇᐅᔭᑎᒍᑦ, ᐊᓈ-ᓇᐅᓂᒃᑯᑦ/ᐊᑖᑕᐅᓂᒃᑯᑦ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐅᖃᖃᑎ-ᖃᑦᓯᐊᖅᐸᒍᓐᓇᐃᕐᓂᒃᑯᑦ ᐊᓯᒥᒃ.

ᑕᒪᓐᓇ ᐊᑲᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑎᖃᓕᕐᓂᖅ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐ-ᓂᒃᑯᑦ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᕐᒥᒃ ᑕᐅᕗᖓᓕᒫᖅ ᐊᑐᕈᒥᓇᕈᓐ-ᓇᖅᓯᖑᓐᓇᖅᑐᖅ. ᑭᓇᑐᐃᓐᓇᖅ ᐃᓱᒪᖃᐃᓐᓇᓕᖅ-

ᐸᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᕐᒥᒃ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᒃᑯᑦ, ᓴᐃᓪᓕᖓ-ᒍᓐᓇᐃᓪᓕᓗᓂ ᐊᒻᒪ ᖁᕕᐊᓱᒍᓐᓇᐃᖅᓴᕋᐃᓕᖅᐸᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᓂᓐᖓᐅᒪᒻᒪᕆᑉᐸᓕᕐᓗᓂ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭ-ᕈᒪᓂᕐᒧᑦ.

ᑕᒪᓐᓇ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᖅ

ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓗᓂ
ᐊᔪᓕᕈᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐸ

(ᐊᔪᕆᓯᒪᒍᑕᐅᓕᕈᓐᓇᖅᐸ)?
ᐅᕝᕙ ᑐᑭᖓ ᐊᔪᓕᖅᓯᒪᓂᐅᑉ (ᐊᔪᕆᓯᒪᓂᖅ): ᐊᑐ-ᕈᒪᐃᓐᓇᓕᕐᓗᓂ ᑭᓇᑐᐃᓐᓇᖅ ᐱᓕᕆᓂᖏᑎᒍᑦ, ᐊᑲᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑎᒋᒻᒪᕆᓐᓂᐊᕋᓗᐊᕈᓂᒋᑦ ᑎᒥᒃᑯᑦ, ᐃᓱᒪᒃᑯᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐃᓅᓯᕐᒥᒍᑦ.1

ᑕᒪᓐᓇ ᑮᓇ-
ᐅᔭᐃᔭᕐᓂᒃᑯᑦ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᖅ ᐊᔪᓖᒍᑕᐅᔪᓐᓇᖅᑐᖅ ᐊᒻᒪ ᓲᕐᓗ ᐃᒥᐊᓗᒻᒧᑦ ᐊᔪᓕᖅᓯᒪᔾᔪᑎᑐᑦ ᐱᖅ-ᑯᓯᖃᕈᑕᐅᔪᓐᓇᕐᒪᑦ. ᖃᐅᔨᒍᑎᖃᖅᓯᒪᔪᒍᑦ ᑭᒃᑯᑐ-ᐃᓐᓇᐃᑦ ᐊᑐᖅᓯᒪᔭᖏᑎᒍᑦ, ᐊᒻᒪ ᖃᐅᔨᓴᕐᓂᒃᑯᑦ/ᓱᖅᑯᐃᔭᐃᓂᒃᑯᑦ ᑕᐃᔭᐅᔪᓂ “dopamine.” ᑖᓐᓇ ᐅᖃᐅᓯᖅ Dopamine ᖃᓪᓗᓈᑎᑐᑦ ᑐᑭᓕᒃ ᖃᕆ-ᑕᖓᑎᒍᑦ ᑭᓇᑐᐃᓐᓇᐅᑉ “ᖁᕕᐊᑦᑕᐅᑎᖓ” ᐊᑐᑐ-ᐊᕋᒥᐅᒃ.

ᑭᓇᑐᐃᓐᓇᖅ ᐋᖓᔮᓇᖅᑐᓂᒃ ᐊᑐᕆᐊᖅ ᖁᕕᐊ-ᓱᑦᑐᖅ ᓲᕐᓗ ᐅᑯᓂᖓ ᑰᑲᐃᓐ, ᑖᓐᓇ ᑐᐸᒦᓐ-ᖑ-ᓂᕋᖅᑕᐅᔪᖅ dopamine, ᐆᒻᒪᔾᔭᑦᑐᑎᑐᑦ ᖃᕆᑕᕐᒥ ᐊᑐᖅᑕᐅᓲᖑᒻᒪᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᑉᐱᓐᓂᐊᓂᒃᑯᑦ ᖁᕕᐊᑦᑕ-ᐅᑎᒋᕕᔾᔪᐊᓕᖅᓱᒍ “ᖁᕕᐊᓱᕐᔪᐊᑲᐃᓐᓇᕐᓂᒃᑯᑦ” ᕿᓚᒥᑯᓗᒃ. ᐊᒻᒪ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᒃᑯᑦ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᖅ ᖃᕆᑕᑯᑦ ᐃᓱᒪᖓᓂᒃ ᐊᓯᔾᔨᖅᑕᐃᒍᓐᓇᕐᒪᑦ ᐊᒻᒪ ᑕᒪᓐᓇ ᐱᔾᔪᑎᒋᓪᓗᒍ, ᐊᒃᓱᐊᓗᒃ ᐊᔪᓖᓯᒪᓂᖓ ᓴᓐᖏᔫᒍᓐᓇᖅᑐᖅ ᓲᕐᓗ ᐊᑐᖅᑐᑎᑐᑦ ᑰᑲᐃᓐᒥᒃ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐊᓯᖏᓐᓂᒃ ᐋᖓᔮᕐᓇᖅᑐᓂᒃ.

1 http://en.wikipedia.org/wiki/Addiction

gryQx6tt0J5 5,]m5y 2009

ᐅᖃᓕᒪᖃᑎᖃᖅᐸᓪᓗᑎᑦ ᐃᓚᓐᓇᕆᔭᓐᓂᒃ
ᐊᒻᒪ ᐃᓚᓐᓂᒃ ᐱᐅᓂᖅᓴᒧᑦ ᐊᓯᔾᔨᕈᒪᓕᕐᓂᖅ
ᐊᒻᒪ ᑲᑐᑎᓗᓯ ᐸᕐᓇᒍᒪᓂᕐᓂᒃ.

ᓂᕆᐅᓐᓇᖏᑦᑐᒃᑯᑦ ᑐᓂᕐᕈᓯᐊᑦ - ᓲᕐᓗ ᓵᓚᒃ-ᓴᕐᓂᒃᑯᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕈᑕᐅᔪᒥᒃ - ᖃᐅᔨᔭᐅᓯᒪᔪᑦ ᖃᕆᑕᒃᑯᑦ ᖁᕕᐊᑦᑕᐅᑎᒻᒪᕆᐅᔪᓐᓇᖅᑐᑦ ᐊᒻᒪ ᐊᒃ-ᓱᐊᓗᒃ ᖁᕕᐊᒍᑎᒋᑲᐃᓐᓇᖅᓱᒋᑦ. ᑭᖑᓂᐊᒍᑦ ᖃᕆ-ᑕᖓ ᑲᑕᒋᐊᖅᓱᓂ, ᐊᒻᒪ ᐱᓐᖑᐊᒃᑲᓐᓂᕈᒪᓕᕋᔭ-ᕐᒥᔪᖅ ᖁᕕᐊᑦᑕᒃᑲᓐᓂᕈᒪᓂᓂ ᐊᑐᒃᑲᓐᓂᕈᒪᒧᑦ.

ᓱᓇᐅᕙᑦ ᐃᓱᐃᓪᓕᐅᒍᑕᐅᔪᑦ

ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᒃᑯᑦ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᒃᑯᑦ ᐊᑲᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑎᖃᓕᕐᓂᒃᑯᑦ?
• ᑮᓇᐅᔭᑎᒍᑦ ᐊᑲᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑎᖃᕐᓂᖅ: ᐊᔪᓕᖅ-ᓯᒪᓕᖅᓱᑎᒃ ᐱᓐᖑᐊᖅᑎᐅᕙᑦᑐᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔮ-ᖃᕈᓐᓇᐃᕈᓐᓇᖅᐳᑦ, ᑲᒪᒍᒪᐃᕐᓗᑎᓪᓗ ᖁᕕᐊ-ᒋᕙᑦᑕᕕᓂᕐᒥᓂᒃ ᓲᕐᓗ ᐆᒪᔪᖅᓯᐅᕐᓂᖅ ᐊᒻᒪ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᕐᓂᖅ, ᐊᒻᒪ ᑮᓇᐅᔭᖃᓐᖏᑐᐃᓐᓇᕆ-ᐊᖃᖅᑐᑦ ᓂᕿᑖᕈᑎᒃᓴᓂᒃ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐊᑭᓕ-ᐅᑎᒃᓴᓂᒃ ᐃᓪᓗᖓᓄᑦ ᐊᑐᖅᑐᐊᕐᑕᒥᓄᑦ.
• ᐊᑲᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑎᖃᓕᕐᓗᑎᒃ ᐃᓚᒌᓄᑦ:
ᐃᓱᐃᓗᑕᖃᓗᐊᓕᖅᑐᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᒃᑯᑦ
ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᕐᒥᒃ ᐊᖅᑯᓯᐅᕈᓐᓇᖅᑐᑦ ᐋᓐ-
ᓂᖅᑎᕆᓂᕐᒥᒃ ᐊᐃᑉᐸᕐᒥᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐱᑦᓯ-
ᐊᖏᓐᓂᕐᒥᒃ, ᓴᓪᓗᓂᕐᒥᒃ, ᐊᒻᒪ ᑲᒪᑦᓯ-
ᐊᕈᓐᓇᐃᕐᓂᒃᑯᑦ ᕿᑐᕐᖓᒥᓂᒃ. ᐋᓐᓂᖅ-
ᑎᕆᓂᑦ ᐊᒻᒪ ᐱᑦᓯᐊᖏᓐᓂᑦ, ᑲᔪᓯᒍᑕ-
ᐅᓕᕈᓐᓇᖅᑎᓪᓗᒍ ᐃᓚᒌᓄᑦ ᐃᓕᓴᕈᓐ-
ᓇᐃᕐᓂᒃᑯᑦ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓂᑦ ᐱᓐᖑᐊᖃᑕᐅᔪᒪ-

ᓕᕐᓂᒃᑯᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓗᓂ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᓵᒍᑕᐅ-ᓗᓂ ᐃᒥᐊᓗᒻᒧᑦ/ᐋᖓᔮᕐᓇᖅᑐᓄᑦ.
• ᕿᒃᓵᓐᓂᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᒻᒥᓃᕐᓂᖅ: ᖃᐅᔨᔭᐅᕙᓪ-ᓕᐊᑐᐃᓐᓇᖅᐳᖅ ᕿᒃᓵᓐᓂᖅ ᐊᒻᒪ ᐃᒻᒥᓃᕈᒪᒋ-ᐊᖅ ᐃᓱᒪᓂᖅ ᐊᒃᑐᐊᒻᒪᕆᓐᓂᖏᓐᓂᒃ ᐊᑲᐅᓐ-ᖏᓕᐅᕈᑎᖃᓕᕐᓂᕐᒧᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓗᓂ ᐱᓐᖑ-ᐊᖅᐸᓐᓂᕐᒥᒃ.
• ᐱᕋᔭᓐᓃᑦ (ᒪᓕᒐᕐᓂᒃ ᓱᕋᐃᓂᖅ): ᐊᒃᓱᐊᓗᒃ ᐊᑲ-ᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑎᖃᓕᖅᑐᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᕐᒥᒃ ᐱᓐ-ᖑᐊᕐᓂᒃᑯᑦ ᐱᕋᔭᑦᑐᒻᒪᕆᐅᔪᓐᓇᖅᑐᑦ ᓲᕐᓗ ᑮᓇᐅ-ᔭᓂᒃ ᑎᓪᓕᒐᕐᓂᒃᑯᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐊᐅᑦᑕᔫᓂᒃ ᐊᑐᕐᓂᒃᑯᑦ, ᓯᒃᑭᓕᐅᑲᒻᒪᓐᓂᒃᑯᑦ ᐊᑎᓕᐅᕐᓗᑎᒃ, ᐊᒻᒪ ᑎᓪᓕᒐᕐᓂᒃᑯᑦ ᐊᖏᕐᕋᕆᔭᐅᔪᓂᑦ ᐅᕝᕙ-ᓘᓐᓃᑦ ᓇᒻᒥᓂᕆᔭᐅᔪᓂᑦ ᑮᓇᐅᔭᓕᐅᕈᑕᐅᓪᓗᑎᒃ (ᐱᔅᓇᓯᓂᑦ).

ᖃᓄᕐᓕ

ᐱᓐᖑᐊᖃᑦᑕᕈᓐᓇᖅᐳᖓ

ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓗᖓ
ᐊᑲᐅᓐᖏᓕ-

ᐅᕈᑎᒋᓂᐊᓐᖏᓪᓗᒍ?

ᐊᑐᐃᓐᓇᖃᖅᐳᖅ ᐊᑐᕋᒃᓴᓂᒃ ᐊᑲᐅᓐ-
ᖏᓕᐅᕈᑎᖃᓕᖅᑕᐃᓕᓂᕐᒧᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᑲᔪᖅ-ᑕᐅᕕᒃᓴᖃᖅᓱᓂᒃ ᐊᑲᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑎᖃᓕᖅᑐᓄᑦ ᑕᒪᑐᒥᖓ. ᐃᒻᒥᓂᒃ ᓴᐳᒻᒥᒋᑦ - ᐸᕐᓇᐃᓯᒪᒋᑦ ᐊᒻᒪ

ᑲᒪᑦᓯᐊᕐᓗᑎᑦ/ᐊᐅᓚᑦᓯᓯᐊᕐᓗᑎᑦ ᐃᓱᒪᓐᓂᒃ:
• ᓱᕈᓰᑦ ᐅᐸᑦᓯᒪᑎᑦᑕᐃᓕᕙᓪᓗᒋᑦ ᐱᓐᖑᐊᖅᑐᓂ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓗᑎᒃ ᐊᒻᒪ ᐊᑦᑕᓇᓐᖏᑦᑐᒦᑦᓯᐊᖅ-ᑎᓪᓗᒋᑦ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᐊᕈᕕᑦ.
• ᑮᓇᐅᔭᐃᑦ ᐊᑐᕐᓂᐊᖅᑕᑎᑦ ᑭᓪᓕᖃᖅᑎᓪᓗᒋᑦ: ᐅᐸᒍᑎᓚᐅᖏᓐᓂᕐᓂ, ᐃᓱᒪᓕᐅᕈᑎᖃᑦᓴᐅᑎᒋ-ᓗᑎᑦ ᖃᓄᐃᓪᓗᐊᖅᑐᓂᒃ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᐊᕐᒪ-ᖔᖅᐱᑦ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᒃᑯᑦ ᐊᒻᒪ ᑖᒃᑯᑐᐊᑦ ᑮᓇᐅ-ᔭᐃᑦ ᓇᒃᓴᕐᓗᒋᑦ.
• ᐋᖅᑭᒃᓯᓯᒪᓗᑎᑦ ᖃᓄᖅ ᐊᑯᓂᐅᑎᒋᓂᐊᕐᓂᕐᓂᒃ:
ᐃᓱᒪᓕᐅᕈᑎᖃᑦᓴᐅᑎᒋᓗᑎᑦ ᖃᓄᖅ ᐊᑯᓂᐅ-ᑎᒋᔪᖅ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᒃᑯᑦ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᐊᕐᒪᖔᖅᐱᑦ ᐊᒻᒪ ᒪᓕᑦᓯᐊᕐᓗᒍ ᐱᐅᓯᕆᓂᐊᖅᑲᐅᔭᐃᑦ. ᐊᓯᓐ-ᓄᑦ ᐃᓱᒪᐃᑦ ᐊᓯᔾᔨᖅᑕᐅᓐᖏᓪᓗᓂ.
• ᐃᓱᒪᒃᑯᑦ ᓴᓐᖏᓗᑎᑦ ᑕᒪᓐᓇ ᓄᖅᑲᕐᓂᖅ ᐃᓱ-ᓕᕝᕕᒃᓴᖓᓄᑦ ᖃᐅᔨᒪᒍᑕᐅᒻᒪᑦ ᓴᓐᖏᓂᕐᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓱᒪᑦᓯᐊᕈᓐᓇᕐᓂᕐᒧᑦ ᐊᑲᐅᓈᖅᑐᒧᑦ.
• ᐊᓯᖏᓐᓂᒃ ᐱᓕᕆᐊᖃᕐᓗᑎᑦ: ᐱᒻᒪᕆᐅᕗᖅ
ᐊᓯᖏᓐᓂᒃ ᐱᓕᕆᒋᐊᖅ ᑕᒪᓐᓇ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᖅ ᐃᓅᓯᕐᓄᑦ ᐱᖅᑯᓯᕐᓂ ᐊᖏᓂᖅᐸᐅᓂᐊᓐᖏᒻᒪᑦ/ᓯᕗᓪᓕᖅᐸᐅᑎᓂᐊᓐᖏᓐᓇᕕᐅᒃ.
• ᐅᖃᓕᒪᖃᑎᖃᖅᐸᓪᓗᑎᑦ ᐃᓚᓐᓇᕆᔭᓐᓂᒃ ᐊᒻᒪ
ᐃᓚᓐᓂᒃ ᐱᐅᓂᖅᓴᒧᑦ ᐊᓯᔾᔨᕈᒪᓕᕐᓂᖅ ᐊᒻᒪ ᑲᑐᑎᓗᓯ ᐸᕐᓇᒍᒪᓂᕐᓂᒃ.

ᑐᑭᓯᒋᐊᒃᑲᓐᓂᕈᒪᒍᕕᑦ

ᐊᔪᓕᖅᓯᒪᔾᔪᑎᖃᕋᓱᒋᒍᕕᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐊᓯᓐᓂᒃ ᖃᐅᔨᒪᔭᖃᕈᕕᑦ

ᐊᔪᓕᖅᓯᒪᔾᔪᑎᓕᓐᓂᒃ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᒃᑯᑦ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᒃᑯᑦ, ᐃᑲᔪᖅᑕᐅᕕᒃᓴᖃᖅᐳᖅ. ᐅᖃᖃᑎᒋᓗᒋᑦ ᓄᓇᑦᓯᓐᓂ ᐊᔪᓕᖅᓯᒪᓂᕐᒧᑦ

ᐃᑲᔪᕈᑎᒃᓴᓕᕆᔪᓄᑦ, ᐃᓱᒪᓕᕆᓂᒃᑯᑦ ᐃᑲᔪᖅᑎᓄᑦ, ᐋᓐᓂᐊᕕᒻᒧᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐃᓄᓕᕆᔨᒃᑯᓐᓄᑦ ᐃᑲᔪᖅᑕᐅᔪᒪᓗᑎᑦ ᐅᖃᖃᑎᖃᕐᓂᒃᑯᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᑲᔪᖅᑕᐅᔪᒪᓗᑎᑦ ᐃᓱᒪᓕᐅᕐᓂᒃᑯᑦ, ᐊᒻᒪ ᐊᐱᕆᓗᒋᑦ ᐃᓚᑎᑦ ᐱᖃᓐᓇᕆᔭᑎᓪᓗ ᐃᑲᔪᖅᓯᖁᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᒃ.

ᐊᓯᖏᑦ ᐱᔾᔪᑎᒃᓴᐃᑦ:

ᑐᑭᓯᒋᐊᕐᕕᒃᓴᐃᑦ ᑲᓇᑕᒥ ᐊᔪᓕᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᒃᑯᑦ ᐃᑲᔪᕈᑎᒃᓴᓂᒃ: Directory of Canada Gambling Addiction Treatment Programs: http://canadadrugrehab.ca/Gambling-Addiction-Treatment.html; ᐅᖄᓚᐅᑎᖓ: 1-866-487-9010

ᐊᔪᓕᖅᓯᒪᓕᕐᓂᕐᒧᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓱᒪᒃᑯᑦ ᖃᓄᐃᓐᖏᑦᓯᐊᕋᓱᐊᕐᓂᕐᒧᑦ ᐱᓕᕆᕕᒻᒥ, Centre for Addiction and Mental Health ᑐᑭᓯᒋᐊᕐᕕᒃᓴᐃᑦ ᐃᑲᔪᖅᑎᒃᓴᖃᕐᓂᖓᓂᒃ ᐅᖃᖃᑎᖃᕐᓂᒃᑯᑦ ᐊᑲᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑎᖃᓕᖅᑐᓄᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᒃᑯᑦ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᒃᑯᑦ ᐊᒻᒪ ᑐᑭᓯᒋᐊᕐᕕᒃᓴᐃᑦ ᐅᕙᓃᑉᐳᑦ: http://camh.net/Care_Treatment/Program_Descriptions/Problem_Gambling/index.html

ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓗᓂ ᐱᓐᖑᐊᕐᓂᕐᒧᑦ ᐊᔪᓕᖅᓯᒪᔪᑦ ᐃᑲᔪᖃᑎᒌᑦ, Gamblers Anonymous ᑲᑐᔾᔨᖃᑎᒌᖑᕗᑦ ᐊᖑᑏᑦ ᐊᒻᒪ ᐊᕐᓇᐃᑦ ᐃᑲᔪᖃᑦᑕᐅᑎᔪᑦ ᒪᑭᒪᓇᓱᐊᖅᓱᑎᒃ ᐊᑲᐅᓐᖏᓕᐅᕈᑎᖃᓕᕐᓂᕐᒥᓄᑦ ᑮᓇᐅᔭᐃᔭᕐᓂᕐᒥᒃ.www. gamblersanonymous.org/mtgdirCAN.html

1-877-602-4445
inuit@naho.ca
www.naho.ca/inuit/e/resources/