

PARIS SPORTIFS



Que vous soyez une personne débutante ou une personne sportive expérimentée, voici quelques conseils que vous pouvez appliquer à votre plan de jeu.



Votre Guide pour des conseils sages
pour faire des paris sportifs

YOURBESTBET

CONSEILS SAGES POUR FAIRE DES PARIS SPORTIFS

Fixez-vous une limite de temps et d'argent avant de commencer

Décider combien d'argent et de temps on veut dépenser avant de commencer à jouer est une bonne manière de garder le contrôle pour que le jeu reste un divertissement. Fixez-vous des limites et ne les dépassez pas. Pour d'autres renseignements à ce sujet, visitez le site Web yourbestbet.ca (en anglais seulement).

N'essayez pas de récupérer vos pertes

Lorsque vous avez déjà perdu, il y a de fortes chances que vos pertes ne fassent qu'augmenter. Si vous continuez à jouer après avoir perdu le montant que vous vous êtes alloué, vous finirez par dépenser plus que prévu.

Sachez que les gains sont imprévisibles

Quoi que vous fassiez, vous ne pouvez pas influencer le résultat d'une mise. Soutenir une personne gagnante implique toujours une part de hasard et la victoire ne peut être influencée par quoi que ce soit que vous fassiez.

Prenez des pauses

Prenez des pauses – par exemple pour aller faire quelques pas – afin de mettre de l'ordre dans vos idées, de réduire l'anxiété ou le stress que le jeu engendre et de décider si vous devez arrêter de jouer ce jour-là. Cela peut également vous éviter de dépenser plus que prévu.

N'empruntez jamais pour jouer

Ne jouez pas l'argent destiné à certaines dépenses, comme le loyer ou l'épicerie. Limitez-vous au montant que vous avez prévu pour jouer. Si vous dépensez ce montant, cessez de jouer.

Limitez la consommation d'alcool ou de substances

Jouer sous l'influence de l'alcool ou d'autres substances peut avoir une incidence sur votre jugement.

Ce dépliant peut vous aider à gérer contrôler votre jeu en vous offrant des conseils sages pour jouer et en vous fournissant d'autres renseignements qui vous aideront à prendre des décisions plus éclairées.



Vous en savez peut-être beaucoup sur le sport, mais les personnes responsables des pronostiques aussi.

COMMENT FONCTIONNENT LES PARIS SPORTIFS

Chaque jeu possède son propre ensemble de règles et d'options en matière de paris. Pour jouer, il suffit de choisir parmi les sélections disponibles pour chaque jeu, de parier sur les résultats que vous estimez voir se produire et, si vos choix sont bons, le montant que vous gagnez est déterminé en multipliant les cotes des jeux [fixées par des preneurs de cotes professionnels] par le montant que vous avez parié.

COMPRENDRE LES COTES

Il existe de nombreux malentendus sur le fonctionnement des paris sportifs et sur la manière de « déjouer » le système pour gagner plus souvent. Cependant, le résultat d'un événement sportif n'est jamais certain, et ce, quelle que soit la connaissance que vous avez des équipes.

COTES DE PARI DÉCIMALES : Qu'est-ce que c'est? Les cotes décimales indiquent le montant par lequel votre mise sera multipliée si vous gagnez.

Par exemple : Si la cote est de 2,00 et que votre mise est de 5 \$, votre gain sera de 10 \$. **MAIS :** Comme votre mise est incluse dans le calcul du paiement, de sorte que votre gain, ou profit, serait en réalité de 5 \$.

COTES DYNAMIQUES : De nombreux facteurs, y compris la météo, les conditions de jeu, les blessures des athlètes et les autres paris placés, peuvent changer à tout moment. Lorsque vous placez votre pari, votre cote est bloquée. Une autre personne plaçant son pari à un moment différent pourrait avoir une cote différente.

Par exemple : Si un athlète vedette est retiré du jeu une heure avant le début du match, les chances de victoire de cette équipe peuvent diminuer et ainsi les chances de victoire de l'autre équipe peuvent augmenter. Par conséquent, une personne qui a placé un pari à ce stade [une heure avant le match] peut avoir des chances différentes de celles d'une personne qui a placé un pari la veille, lorsque l'athlète vedette devait jouer.

COMPRENDRE LES PARIS

QUI GAGNERA : Il s'agit d'un pari basé sur la probabilité de gagner ou de perdre un match ou une course.

ÉCART DE POINTS : Il s'agit d'un pari basé sur la victoire ou la défaite d'une équipe en fonction du nombre de points de handicap attribués à l'équipe favorite.

PLUSIMOINS : Il s'agit d'un pari sur le fait que le score total combiné sera supérieur ou inférieur à un certain nombre.

PROPOSITIONS : Il s'agit d'un pari sur des événements qui se produisent au cours d'une manifestation sportive. Par exemple, le quart arrière réussira-t-il plus de deux touchés?

FUTURS : Il s'agit d'un pari sur un événement, une série ou un prix qui se terminera à l'avenir. Cela diffère d'un pari portant sur les résultats d'un seul match, car il est réalisé dans le futur, et non le jour où le pari est placé.

PARIS COMBINÉS : C'est lorsqu'une personne qui joue fait plusieurs paris (au moins deux) et les lie dans le même pari. Si l'une des mises du pari est perdante, c'est ainsi tout le pari qui est perdant. Si toutes les mises sont gagnantes, la personne qui parie obtient un gain plus important.

LA VÉRITÉ SUR LES PARIS SPORTIFS

Les personnes qui s'y connaissent en sport peuvent estimer qu'elles peuvent utiliser ces connaissances à leur avantage pour placer des paris.

Le défi, c'est que les personnes responsables des pronostiques en savent aussi beaucoup. Ces personnes ont accès à des statistiques détaillées et à des systèmes sophistiqués pour générer des cotes.

Elles étudient l'état de santé des personnes qui jouent, la composition des équipes, les conditions météorologiques et tout ce qui peut influencer les résultats. Elles intègrent ensuite ces facteurs dans les cotes d'un pari particulier.

Mais ne vous y trompez pas, le hasard joue toujours un rôle important. Quel que soit votre niveau de compétence, vous ne pouvez pas contrôler les nombreuses variables qui déterminent les résultats, et les chances sont ainsi toujours en faveur de la maison.

Ce dépliant a été produit par :



La Ligne téléphonique provinciale d'intervention d'urgence en santé mentale et dépendances de Santé Nouvelle-Écosse est disponible 24 heures sur 24, sept jours sur sept, pour toute personne en situation de crise de santé mentale ou de dépendance, ou pour toute personne s'inquiétant du sort de ces personnes.

**Composez sans frais le 1-888-429-8167
ou visitez mha.nshealth.ca/fr.**

Pour plus de renseignements, allez à (en anglais seulement)

YOURBESTBET.ca