



ماذا تفعلون إذا كنتم تعتقدون أن أشخاصاً  
تحبّونهم لديهم مشكلة بسبب لعب القمار

اتصلوا بخدمة **GambleAware** على الرقم  
**1800 858 858**

الرقم الذي قد يغيّر مجرى حياتكم.

**GAMBLEAWARE**  
[gambleaware.nsw.gov.au](http://gambleaware.nsw.gov.au)  
**1800 858 858**





## يستطيع مستشارو GambleAware مساعدتكم حتى إذا لم تكونوا أتم من يلعب القمار

مستشارو GambleAware هم مستشارون محترفون يستمعون ويتحدّثون إلى الأشخاص حول المسائل والمشاكل التي يسببها لعب القمار ويدعمونكم لحلّها. يمكنكم مقابلتهم مجاناً - ويمكنهم مساعدة الأشخاص الذي يلعبون القمار بالإضافة إلى عائلتهم. وهم يحافظوا على سرّيّة وخصوصيّة مكالماتكم الهاتفية وزياراتكم والمحادثات معكم.

يدرك مستشارو GambleAware أنه من الصعب التحدّث عن مقامرة شخص آخر، ولكن ليس من العيب الحصول على المساعدة. سوف يستمعوا إلى المسائل التي تثير قلقكم ويساعدونكم للحصول على الدعم الذي تحتاجونه وتستحقّونه. إنهم يعرفون التأثير الذي يمكن أن تخلّفه مقامرة أحبائكم عليكم.

يدرك مستشارو GambleAware أن لدى كل شخص وضع فريد من نوعه وهم سيعملون معكم لاستكشاف أفضل طريقة لتحسين الأمور لكم ولأحبائكم. على سبيل المثال، يستطيع مستشارو GambleAware مساعدتكم في التعامل مع مخاوفكم حول مقامرة أحبائكم من خلال مساعدتكم في توضيح المسائل وزيادة درجات وعيكم بلعبهم للقمار ومن خلال استكشاف الخيارات وتطوير استراتيجيات للتحكّم بلعبهم للقمار. كما يمكنهم أيضاً تقديم الدعم العملي - مثل ربطكم أو ربط أحبائكم بمستشار مالي وخدمات الدعم الأخرى.

## ما هو الدعم المتوفّر من GambleAware؟

يمكنكم الحصول على استشارة قانونية مجانية



- كما تقدّم GambleAware نصائح قانونية حول مجموعة متنوّعة من المسائل المتعلّقة بالمقامرة، والتي قد تشمل:
  - الإفلاس، وحقوق المستهلك، والقيّد الدائن والديون، والقانون الجنائي، وقانون الأسرة، والدعاوى القضائية والوصايا.
  - انهيار العلاقة ومعلومات حول الحقوق عند الانفصال.
  - نصائح حول كيفية حماية ممتلكاتكم بشكل قانوني وكيفية إعالة الفرد من أسرّتكم.
- يستطيع مستشار GambleAware ترتيب خدمات مترجم شفهي عبر الهاتف مجاناً لمساعدتكم في الوصول إلى هذه الخدمة باللغة العربية.

الوصول إلى خدمات GambleAware



- يمكنكم الاتصال بالرقم **1800 858 858** في أي وقت، ٢٤ ساعة في اليوم، و٧ أيام في الأسبوع.
- يمكن ترتيب مترجم شفهي لكم حتى تمكّنوا من التحدّث إلى مستشار GambleAware باللغة العربية.
- يمكنكم الحصول على الدعم من GambleAware من أي مكان في نيو ساوث ويلز.
- يمكن تحديد المواعيد المرنة للدعم المستمر.
- إذا كنتم تفضّلون الكتابة على التحدّث، يمكنكم الدردشة مباشرة مع مستشار باللغة الإنجليزية على موقع [GambleAware](#) الإلكتروني.
- الخدمات التي يقدّمها مستشارو GambleAware مجانية وسريّة.



يمكن أن تقدّم GambleAware أيضاً الاستشارات المالية. المستشارون الماليون هم مهنيون مُدرّبون يمكنهم مساعدتكم في الخروج من الأزمات المالية التي تواجهونها نتيجة للمقامرة من خلال تقديم الدعم من أجل:

- المساعدة في طلبات إعلان الإفلاس.
- البحث عن خيارات لمساعدتكم في إدارة أموال أسرّتكم وديون أحبّاتكم.
- تعلّم كيفية وضع ميزانية ومهارات وأدوات إدارة الأموال الأخرى.
- التصرّف كممثلين عنكم - على سبيل المثال، الكتابة إلى المصرف الذي تتعاملون معه أو التفاوض بشأن ترتيبات تسديد الديون مع دائّنين آخرين.
- ربطكم بخدمات أخرى للدعم المالي - مثل خدمات الإعانات الغذائية الطارئة أو دعم الدخل الحكومي.

يستطيع مستشار GambleAware ترتيب خدمات مترجم شفهي عبر الهاتف مجاناً لمساعدتكم في الوصول إلى هذه الخدمة باللغة العربية.



الاستبعاد الذاتي هو خيار طوعي يتّخذه الأشخاص الذين يواجهون المشاكل بسبب لعب القمار ويريدون التوقّف أو أخذ هدنة من المقامرة. يمكن لأي شخص استبعاد أو منع نفسه من الدخول إلى مراكز في نيو ساوث ويلز مثل الحانات والنوادي، أو من خدمات المراهنّة عبر الإنترنت إذا كان يريد الحدّ من لعب القمار أو أخذ هدنة أو التوقّف عن لعب القمار. تستطيع خدمات GambleAware التحدّث معكم عن الإجراءات وإرشادكم ومساعدتكم على التحدّث مع أحبّاتكم عن هذا الخيار.





## يستطيع مستشارو GambleAware مساعدتكم في الاستعداد للتحدّث مع أحبائكم عن لعبهم للقمار

يستطيع مستشار GambleAware مساعدتكم في الاستعداد للتحدّث مع أحبائكم عن مخاوفكم وتقديم الدعم لكم عبر جميع المراحل. يمكن أن يكون تشجيع أحبائكم على التحدّث عن لعبهم للقمار بكل صراحة جزءاً أساسياً من رحلتهم نحو التعافي.

### إذن كيف تستهلّون المحادثة مع أحبائكم؟

- استخدموا "العبارات التي تبدأ بـ"أنا" لاستهلال الحديث - على سبيل المثال - "أنا أشعر بالقلق من ناحية إنفاقك لراتبك كلّ وعدم توفّر الأموال الكافية لدفع فواتيرنا".
- حاولوا أن تسألوهم عمّا إذا كانوا يرغبون برؤية مستشار GambleAware بدلاً من الضغط عليهم لرؤية مستشار.
- استمروا في تشجيعهم على التحدّث إلى مستشار GambleAware بحيث كلّما أسرعوا في معالجة الضرر الناجم عن المقامرة، أصبح من الأسهل التغلّب عليه ومنعه من الوصول إلى مرحلة الأزمة.

- اختاروا وقتاً مناسباً للتحدّث ومكاناً مُنعزلاً بعيداً عن الأمور التي تصرف الانتباه.
- كونوا مستعدين وجهّزوا المعلومات عن المساعدة المتوقّرة.
- تجنّبوا الظهور وكأنكم تحكمون عليهم أو تنتقدونهم.
- اسألوهم عن رأيهم وكيف يرون هم لعبهم للقمار.
- اطرحوا عليهم الأسئلة التي ليس لها إجابات مُحدّدة: "ما الذي يحدث معك؟ هل يمكنني مساعدتك في أي شيء؟"
- امنحوهم الوقت الكافي للإجابة - سيساعدهم ذلك على الشعور بالأمان وبأنه يمكنهم الوثوق بالتحدّث إليكم عن هذا الموضوع.



## ما هي العلامات التي تدلّ على أن مقامرة أحبائكم قد تتسبّب في الأذى؟

يمكن أن يؤثر الضرر الناجم عن المقامرة على عدّة مجالات في حياة الأشخاص. قد تلاحظوا علامات في سلوكهم أو صحتهم أو شؤونكم المالية.

تشمل بعض العلامات التي تدلّ على أن لعب القمار قد يسبّب الأذى ما يلي:

### مشاكل في العلاقات

- الخلافات أو انهيار العلاقة.
- التكتّم عن لعبهم للقمار.
- الانعزال عن عائلتكم وأصدقائكم.
- الكذب على عائلتكم وأصدقائكم.



### التأثير على صحتهم الجسدية

- عدم تناول الطعام كما ينبغي.
- عدم النوم بشكل جيد.
- الصداع.
- فقدان أو زيادة الوزن.



### التأثير على صحتهم العاطفية

- التوتر.
- القلق.
- الحزن.
- الغضب.
- مشاعر الخجل والعجز.
- مشاعر الندم والذنب.



### مشاكل مادية

- عدد زائد عن الحدّ من القروض.
- اقتراض الأموال بانتظام.
- ليس لديكم أي أموال.
- الإفلاس.
- يقامرون بأموالكم.
- يلعبون القمار وينفقون أكثر من مقدرتهم المالية.
- عدم دفع الفواتير / إخطارات يفضّل الخدمات.



### التعليم والتوظيف

- تدبّي في مستوى الأداء.
- صعوبة في التركيز.
- التغيّب عن المدرسة أو العمل.



### نشاط إجرامي

- الاحتيال.
- السرقة.





## إذا كنتم غير متأكدين ممّا إذا كان أحبائكم يعانون من مشكلة بسبب المقامرة، اطلبوا المساعدة من GambleAware لكي يتحدّثوا معهم.

### البدء

الخدمات التي يقدّمها مستشارو GambleAware مجانية وسريّة.  
اتصلوا بخط NSW GambleAware على الرقم **1800 858 858**.  
[www.gambleaware.nsw.gov.au](http://www.gambleaware.nsw.gov.au)



يمكن ترتيب مترجم شفهي لك حتى تتمكن/تتمكّني من التحدّث إلى مستشار  
GambleAware باللغة العربية إذا تطلّب الأمر ذلك.



يمكنكم الدردشة عبر الإنترنت باللغة الإنجليزية.

[www.gamblinghelponline.org.au](http://www.gamblinghelponline.org.au)



### سلامتكم في غاية الأهمية.

إذا في أي وقت شعرتكم بأنكم تتعرّضون للتهديد  
أو شعرتكم بعدم الأمان، أو إذا كنتم قلقين  
بشأن رفاهية أي أطفال متأثرين بمقامرة  
أحبائكم، فمن المهمّ أن تعلموا أن الدعم  
متوفّر.

اتصلوا بخط

Domestic Violence Line  
1800 65 64 63

GambleAware  
1800 858 858

إذا كنتم تواجهون حالة طارئة  
أو إذا كنتم أتمم أو غيركم  
معرضين للأذى بشكل فوري،  
اتصلوا بخدمات الطوارئ على  
الرقم 000.

### الدعم المستمر

- ✓ يقوم مستشارو GambleAware بدعمكم أتمم وعائلتكم.
- ✓ تقديم الدعم العملي.
- ✓ إحالتكم إلى مستشار مالي مجاناً.
- ✓ لن يتمّ الحكم عليكم - المساعدة على استعادة التآلف في حياتكم.
- ✓ ترتيب المواعيد المستمرة بحيث لا تؤثر على عملكم.
- ✓ المشورة القانونية المجانية بشأن المسائل المتعلقة بالمقامرة.

**GAMBLEAWARE**  
**[gambleaware.nsw.gov.au](http://gambleaware.nsw.gov.au)**  
**1800 858 858**

