



GambleAware

1800 858 858

可以改變您生活的電話號碼



GAMBLEAWARE
gambleaware.nsw.gov.au
1800 858 858

擔心自己博彩失控？ 無論您的境況如何，我們都可以幫助您。

GambleAware輔導員都是專業人士，他們聆聽並向大家講解賭博帶來的問題和困境，然後協助您解決這些問題。會見他們是免費的。他們會對您的來電、到訪和對話保密。

GambleAware輔導員知道每個人的情況各不相同，他們會與您一起尋求援助您的最佳方式。例如：他們會透過瞭解情況提高您對賭博的自我意識、尋求方案並制定策略來管理您的賭博，幫助您以積極的方式解決對賭博的擔憂。他們亦可以提供實際援助，例如：為您聯絡財務輔導員及其他援助服務。

我們明白賭博是一個難以啟齒的話題，但尋求幫助並不羞愧。GambleAware輔導員將會聆聽您講擔心的事，然後與您合作，確保您得到需要及應得的援助。

我的賭博對我有害嗎？

承認賭博是一個問題可能很困難，但賭博會影響您生活的許多方面。

賭博可能對您造成傷害的一些徵兆包括：



影響身體健康

- 飲食不正常。
- 睡眠欠佳。
- 頭痛。
- 體重減輕或增加。



人際關係問題

- 婚戀關係衝突或破裂。
- 隱瞞賭博。
- 疏遠親友。
- 對親友說假話。



經濟問題

- 超額貸款。
- 經常借錢。
- 身無分文。
- 破產。
- 沒錢也去賭博。
- 有未付的賬單/水、電停止服務通知單。



影響情感健康

- 壓力。
- 焦慮。
- 悲傷。
- 憤怒。
- 羞愧和無助的感覺。
- 感到後悔和內疚。



犯罪活動

- 詐騙。
- 偷竊。



教育及就業

- 表現變差。
- 注意力難以集中。
- 缺課或曠工。

有些人可以既賭博又不傷害自己或他人。因為他們：

- ✓ 能控制花費多少時間和金錢。
- ✓ 視賭博為一種娛樂，而不是賺錢方式。
- ✓ 只賭可以輸得起的錢。
- ✓ 知道贏的機會率並知道自己很可能輸多贏少。
- ✓ 不會企圖贏回賭輸的錢。

但對於某些人，賭博會是一個影響生活許多方面的實際問題。

如果您的賭博正在傷害您，可從GambleAware獲取免費援助。



為什麼跟GambleAware輔導員交談可以幫到我？

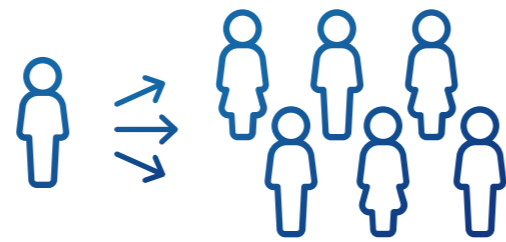
如果您需要防止賭博對您造成危害，例如：債務、壓力或人際關係衝突。那麼，在其變成危機之前去見輔導員，他們可以幫到您。

GambleAware輔導員都是專業人士，會聆聽並與您談論您生活中的問題和困境，並援助您解決這些問題。您和您的家人去見GambleAware輔導員都是免費的。他們還會對您的到訪和對話保密。即使有傳譯員在場，您的到訪和談論的任何事情依然會保密。

您的賭博不僅影響您，還會影響您身邊的人。據估計，每一位受賭博傷害的人士，就會有六位其他人受到影響。接受輔導不僅幫助您，還會幫助您的親人。GambleAware輔導員可以幫助您準備跟家人交談，並為您家裡的所有人提供援助。您的家人甚至可以獲得單獨輔導。



我可以從GambleAware得到什麼？



“據估計，每一位受賭博傷害的人士，就會有六位其他人受到影響。”



取得GambleAware

您可以每週7天、每天24小時隨時致電
1800 858 858。

- 他們可以為您安排傳譯員，讓您用中文跟GambleAware輔導員交談。
- 您可以在新州任何地方獲取GambleAware的援助。
- 對於長期性的援助，可以靈活安排約見時間。
- 如果您寧願打字，而不想口頭交談，可以在 [Gambling Help Online](#) 網站用英文跟輔導員在線對話。
- GambleAware輔導員是免費而且保密的。



您可以獲取免費法律建議

GambleAware提供與賭博相關的各方面問題的法律建議，可以包括：

- 破產、消費者權益、信貸與債務、刑事法、家事法、訴訟與遺囑。
- 婚戀關係破裂以及與分居權益相關的資訊。
- 關於如何合法保護您的資產及如何援助幫助您家人的建議。

您的GambleAware輔導員可以安排免費的中文電話傳譯員，以幫助您獲取此服務。



GambleAware亦提供財務輔導

GambleAware亦可以提供財務輔導。財務輔導員都是受過培訓的專業人士，可以透過以下方式，幫助您在賭博引起的財務困難中尋找出路：

- 為您維權，例如：寫信給您的銀行或者與其他債權人協商還款安排。
- 協助申請破產。
- 尋求協助您管理家庭的錢財的方案。
- 幫您聯絡其他財務援助服務，如緊急食物援助服務或政府的收入援助計劃援助。

您的GambleAware輔導員可以安排免費的中文電話傳譯員，以幫助您獲取此服務。



GambleAware輔導員可以幫您知道怎樣進行「自我禁足賭場」

「自我禁足」計劃是陷於賭博困境而希望停止或暫停賭博的人士的一種自願選擇。任何人如果想減少、暫停或不再賭博，均可以禁止自己去新州賭博場所，如酒吧及會所，或禁止自己上博彩服務網站。GambleAware服務可以與您討論整個過程並協助您「自我禁足賭場」。



GambleAware輔導員可以協助您準備與您的親人討論您的賭博狀況

GambleAware輔導員可以協助您準備與您的親人談論您的賭博和憂慮，並在整個過程援助您。

如果您覺得自己的賭博可能正在危害您，請主動聯絡GambleAware與他們詳談。

開始聯絡



GambleAware輔導員是免費而且保密的。
致電 **1800 858 858** NSW GambleAware。
www.gambleaware.nsw.gov.au



如有需要，可為您安排傳譯員讓您可以中文跟GambleAware輔導員對話。



您可以用英文在線交談。
www.gamblinghelponline.org.au

持續援助

- ✓ GambleAware輔導員可以為您及您的家人提供援助。
- ✓ 實際援助。
- ✓ 為您轉介免費的財務輔導員。
- ✓ 不會論斷，但會幫助您重拾生活和諧。
- ✓ 安排持續約見，不影響您的工作。
- ✓ 與賭博相關事宜的免費法律建議。

如果您情況緊急、或者當前面臨傷害自己或他人的風險，請致電000聯絡緊急救援服務。





GAMBLEAWARE
gambleaware.nsw.gov.au
1800 858 858