



**Phải làm gì nếu nghĩ rằng người thân yêu
có vấn đề về cờ bạc**

**Hãy gọi cho GambleAware
qua số 1800 858 858**

Con số có thể thay đổi cuộc đời bạn.



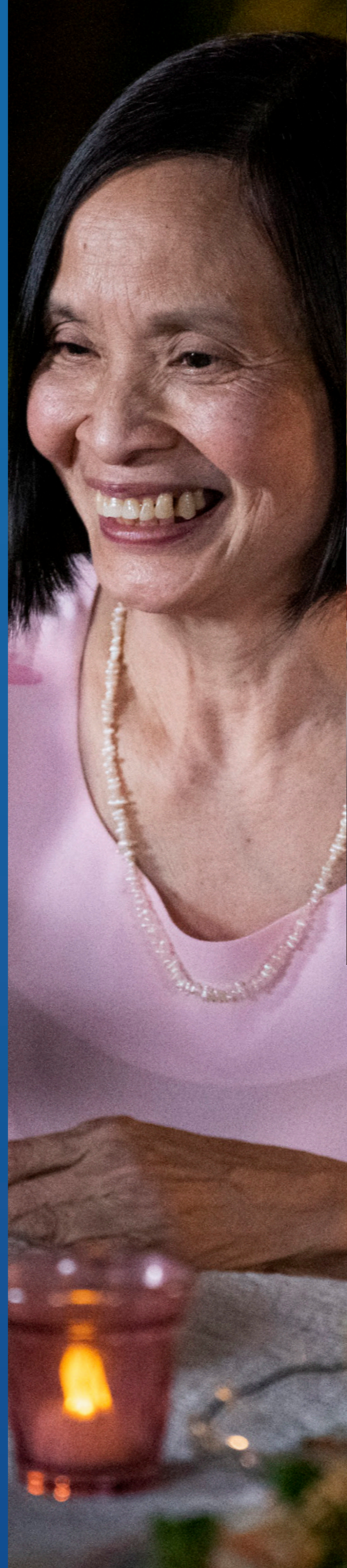
GAMBLEAWARE
gambleaware.nsw.gov.au
1800 858 858

Nhân viên tư vấn của GambleAware có thể giúp bạn mặc dù bạn không phải là người đang cờ bạc

Nhân viên tư vấn của GambleAware là những chuyên viên lắng nghe và nói chuyện với mọi người về các vấn đề và rắc rối do cờ bạc gây ra và giúp bạn giải quyết. Đây là dịch vụ miễn phí – và dịch vụ có thể giúp người cờ bạc cũng như gia đình của họ. Họ giữ kín các cuộc gọi, các lần tới gặp và các cuộc trò chuyện riêng tư của bạn.

Nhân viên tư vấn của GambleAware hiểu rằng nói về chuyện người khác cờ bạc thật là khó, nhưng không có gì phải xấu hổ khi nhờ giúp đỡ. Họ sẽ lắng nghe những gì khiến bạn lo lắng và sẽ cùng bạn bảo đảm rằng bạn nhận được sự giúp đỡ cần thiết và xứng đáng. Họ hiểu chuyện người thân của bạn cờ bạc có thể tác động như thế nào đối với bạn.

Nhân viên tư vấn của GambleAware cũng hiểu rằng hoàn cảnh mỗi người mỗi khác và họ sẽ cùng bạn tìm ra cách thức tốt nhất để làm cho mọi chuyện trở nên khá hơn cho bạn và người thân của bạn. Ví dụ: Nhân viên tư vấn của GambleAware có thể giúp bạn giải quyết mối lo ngại về chuyện người thân của bạn cờ bạc bằng cách giúp bạn vạch rõ các vấn đề, nâng cao nhận thức của bạn về hành vi cờ bạc của người ấy và bằng cách tìm hiểu những gì bạn có thể thực hiện và đề ra các cách thức để đối phó với chuyện người ấy cờ bạc. Họ cũng có thể giúp đỡ thiết thực – chẳng hạn như liên kết bạn với nhân viên tư vấn tài chính và các dịch vụ trợ giúp khác.



GambleAware giúp đỡ về những gì?



Sử dụng GambleAware

- Bạn có thể gọi số **1800 858 858** bất cứ lúc nào 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần.
- Chúng tôi có thể sắp xếp thông dịch viên để bạn có thể nói chuyện với nhân viên tư vấn của GambleAware bằng tiếng Việt.
- Bạn có thể nhờ GambleAware giúp đỡ ở bất kỳ nơi đâu tại NSW.
- Có thể sắp xếp ngày giờ hẹn linh động để giúp đỡ bạn liên tục.
- Nếu thích đánh máy thay vì nói chuyện, bạn có thể trò chuyện trực tiếp với nhân viên tư vấn bằng tiếng Anh tại trang mạng [Gambling Help Online](#).
- Nhân viên tư vấn của GambleAware là dịch vụ miễn phí và bảo mật.



Bạn có thể được tư vấn miễn phí về luật pháp

GambleAware tư vấn pháp lý về nhiều vấn đề liên quan đến cờ bạc, có thể bao gồm:

- Phá sản, các quyền hạn người tiêu dùng, tín dụng và nợ nần, luật hình sự, luật gia đình, kiện tụng và di chúc.
- Mối quan hệ đổ vỡ và thông tin về các quyền hạn khi ly thân.
- Tư vấn về cách bảo vệ tài sản của bạn một cách hợp pháp và cách giúp đỡ thân nhân của bạn.

Nhân viên tư vấn của GambleAware có thể sắp xếp thông dịch viên tiếng Việt qua điện thoại miễn phí để giúp bạn sử dụng dịch vụ này.



Tư vấn tài chính cũng có sẵn

GambleAware cũng có thể cung cấp dịch vụ tư vấn tài chính. Nhân viên tư vấn tài chính là những chuyên viên đã qua khóa huấn luyện, có thể giúp bạn thoát khỏi tình huống khó khăn về tiền bạc vì chuyện cờ bạc gây ra bằng cách giúp bạn:

- Học cách lập kế hoạch chi tiêu cùng các kỹ năng và công cụ quản lý tiền bạc.
- Giữ vai trò người bên vực – ví dụ: viết thư gửi cho ngân hàng hoặc thương lượng các thỏa thuận trả nợ với các chủ nợ khác.
- Giúp làm đơn xin phá sản.
- Xem xét các cách thức để quản lý tiền bạc của gia đình bạn và các khoản nợ nần của người thân yêu của bạn.
- Liên kết bạn với các dịch vụ giúp đỡ tài chính khác – như dịch vụ cứu trợ khẩn cấp về thực phẩm hoặc khoản trợ cấp thu nhập của chính phủ.

Nhân viên tư vấn của GambleAware có thể sắp xếp thông dịch viên tiếng Việt qua điện thoại miễn phí để giúp bạn sử dụng dịch vụ này.



Nhân viên tư vấn của GambleAware có thể giúp bạn hiểu cách tự cấm đoán cho người thân của bạn

Tự cấm đoán là hình thức tự nguyện dành cho những người gặp vấn đề với cờ bạc và muốn dừng hoặc tạm dừng. Bất kỳ ai cũng có thể tự cấm đoán mình đến các địa điểm ở NSW như quán rượu và câu lạc bộ, hoặc các dịch vụ cá cược trực tuyến nếu họ muốn giảm bớt, tạm dừng hoặc bỏ cờ bạc. Các dịch vụ của GambleAware có thể chỉ dẫn bạn về thủ tục này và giúp bạn nói chuyện với người thân của mình về biện pháp này.



Nhân viên tư vấn của GambleAware có thể giúp bạn chuẩn bị để nói chuyện với người thân yêu của bạn về chuyện họ cờ bạc

Nhân viên tư vấn của GambleAware có thể giúp bạn chuẩn bị để nói chuyện với người thân của bạn về các mối bận tâm của bạn và giúp đỡ cho bạn trong suốt tiến trình này. Khuyến khích người thân thảo luận cởi mở về chuyện họ cờ bạc có thể là một phần thiết yếu trong hành trình phục hồi của họ.

Vậy bạn nên bắt đầu cuộc trò chuyện với người thân của mình như thế nào?



- Chọn địa điểm và giờ giấc thích hợp để nói chuyện một cách kín đáo và tránh xa những gì có thể khiến mọi người bị phân tâm.
- Chuẩn bị sẵn thông tin về những hình thức giúp đỡ có sẵn.
- Tránh tính cách phê phán hoặc chỉ trích.
- Hỏi xem họ nghĩ thế nào về chuyện họ cờ bạc.
- Đặt câu hỏi trả lời tự do: “Điều gì đang xảy ra với anh/em? Tôi có thể giúp được gì không?”
- Cho họ đủ thời gian để trả lời – điều này sẽ giúp họ cảm thấy an toàn và họ có thể tin tưởng khi nói chuyện với bạn.
- Sử dụng “Những câu bắt đầu bằng Tôi” để gợi chuyện – ví dụ – “Tôi cảm thấy lo lắng về việc anh/em đã tiêu hết tiền lương và chúng ta không có tiền để trả các hóa đơn của mình”.
- Thử hỏi xem họ có cảm thấy thoải mái đi gặp nhân viên tư vấn của GambleAware hay không thay vì ép buộc họ phải gặp nhân viên tư vấn.
- Tiếp tục khuyến khích họ nói chuyện với nhân viên tư vấn của GambleAware để giải quyết tác hại do cờ bạc gây ra càng sớm thì càng dễ dàng vượt qua và ngăn chặn vấn đề đi đến điểm khủng hoảng.



Những dấu hiệu nào cho thấy hành vi cờ bạc của người thân của tôi có thể gây hại?

Tác hại do cờ bạc có thể ảnh hưởng đến nhiều mặt trong cuộc sống của một người. Bạn có thể nhận thấy các dấu hiệu này trong hành vi của họ, sức khỏe của họ hoặc tài chính của bạn.

Một số dấu hiệu cho thấy chuyện người khác cờ bạc có thể gây hại như:



Ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất của họ

- Ăn uống không điều độ.
- Ngủ không ngon giấc.
- Nhức đầu.
- Giảm hoặc tăng cân.



Vấn đề tài chính

- Các khoản nợ vay quá mức.
- Thường xuyên vay mượn tiền.
- Không có tiền.
- Phá sản.
- Cờ bạc bằng tiền của bạn.
- Cờ bạc nhiều tiền hơn họ có.
- Hóa đơn chưa thanh toán / giấy thông báo cắt điện, nước, ga, v.v.



Hành vi phạm pháp

- Gian lận.
- Ăn cắp.



Vấn đề về mối quan hệ

- Xung đột hoặc đổ vỡ.
- Giấu giếm chuyện họ cờ bạc.
- Dần dà xa lánh bạn, gia đình và bạn bè.
- Nói dối gia đình và bạn bè.



Ảnh hưởng đến sức khỏe cảm xúc của họ

- Căng thẳng.
- Lo âu.
- Sầu não.
- Phẫn nộ.
- Cảm thấy xấu hổ và bất lực.
- Cảm giác hối tiếc và có lỗi.



Học tập và việc làm

- Giảm hiệu năng.
- Khó tập trung.
- Bỏ học hoặc vắng mặt ở chỗ làm.

Nếu không chắc liệu người thân yêu của mình có vấn đề với cờ bạc hay không, bạn hãy liên lạc với GambleAware để nói chuyện với họ.

Bắt đầu



Nhân viên tư vấn của GambleAware là dịch vụ miễn phí và bảo mật. Hãy gọi cho NSW GambleAware qua số **1800 858 858**.
www.gambleaware.nsw.gov.au



Có thể sắp xếp thông dịch viên để bạn có thể nói chuyện với nhân viên tư vấn của GambleAware bằng tiếng Việt nếu cần.



Bạn có thể trò chuyện trực tuyến bằng tiếng Anh.
www.gamblinghelponline.org.au

Giúp đỡ liên tục

- ✓ Nhân viên tư vấn của GambleAware giúp bạn và gia đình.
- ✓ Giúp đỡ thiết thực.
- ✓ Giới thiệu bạn đến nhân viên tư vấn tài chính miễn phí.
- ✓ Không phê phán – giúp bạn hòa nhập trở lại cuộc sống của mình.
- ✓ Sắp xếp các cuộc hẹn liên tục để không ảnh hưởng đến việc làm của bạn.
- ✓ Tư vấn pháp lý miễn phí cho các vấn đề liên quan đến cờ bạc.

An toàn của bạn là điều quan trọng nhất.

Nếu bạn từng cảm thấy bị đe dọa hoặc không an toàn, hoặc nếu bạn lo lắng về an sinh của bất kỳ đứa con nào bị ảnh hưởng bởi chuyện người thân yêu cờ bạc, thì điều quan trọng bạn phải biết rằng bạn luôn có thể nhờ giúp đỡ. Hãy gọi cho

Domestic Violence Line
1800 65 64 63

GambleAware
1800 858 858

Nếu đang trong tình huống khẩn cấp, hoặc có nguy cơ tự hại bản thân hoặc hại người khác trước mắt, xin bạn vui lòng gọi các dịch vụ khẩn cấp qua số 000.





GAMBLEAWARE
gambleaware.nsw.gov.au
1800 858 858