

با چه چیزی قمار می کنید؟

پول نقد اضافی؟
پول مواد غذایی؟
اجاره، پس انداز یا کارت
اعتباری تان؟
اعتماد دوستان و عزیزان تان؟

آیا نگران قمار خود هستید؟

کمک یک تماس یا یک کلیک فاصله دارد. برای راهنمایی و مشاوره محرمانه با هر یک از این خدمات پشتیبانی رایگان تماس بگیرید.

- با خط راهنمای مشکل قمار با شماره **1800 858 858** تماس بگیرید. رایگان، محرمانه و 24 ساعته در دسترس است.
- با راهنمای قمار استرالیای غربی با شماره **(08) 9325 6644** تماس بگیرید. برای خدمات رایگان قمار و مشاوره مالی وقت بگیرید. مترجمان شفاهی در صورت درخواست در دسترس هستند.
- به **gamblinghelponline.org.au** مراجعه کنید. چت زنده، مشاوره با ایمیل و منابع آنلاین.

برای اطلاعات بیشتر، به **gambleaware.com.au** مراجعه کنید

قمار آگاه


اگر بیش از حد ریسک می کنید،
پشتیبانی رایگان موجود
است.


قمار آگاه



آیا هیچ کدام از این علائم هشدار دهنده آشنا بنظر میاید؟


 از دست دادن پول قمارتان آیا پول نقدی را که کنار گذاشته اید در قمار از دست داده اید؟

 استفاده از پولی که برای پرداخت قبض ها در نظر گرفته شده است. آیا با پول خرید مواد غذایی یا قبض های روزمره قمار کرده اید؟


 قمار اعتباری آیا از بازپرداخت کارت اعتباری یا وام صرف نظر کرده اید یا از کارت اعتباری خود برای قمار استفاده کرده اید؟

 هدر دادن پس اندازتان آیا با پولی که برای یک ماشین، بازسازی، تعطیلات یا خانه جدید پس انداز کرده اید، قمار کرده اید؟

 درخواست پول از دوستان یا خانواده آیا از کسی خواسته اید که به شما پول قرض دهد تا بتوانید قمار کنید؟

 دعوا و درگیری با دوستان آیا به این دلیل که پول قرض کرده اید یا به شما گفته اند که قمار شما مضر است، دوستان خود را از دست داده اید؟

 از دست دادن ماشین یا خانه آیا از پرداخت وام خودرو، اجاره یا وام مسکن خود بازمانده اید تا بتوانید قمار کنید؟

 به خطر انداختن اعتماد عزیزان آیا دروغ گفته اید و اعتماد عزیزانتان را از دست داده اید یا حتی به دلیل قمار ارتباط خود را با خانواده از دست داده اید؟

قمار زیان آور چیست؟



چگونه می توانید کنترل کنید.

- **Bet365**. به bet365.com.au مراجعه کنید، روی «قمار مسئولیت پذیر» و سپس «خود حذفی» کلیک کنید.
- **Ladbrokes**. از ladbrokes.com دیدن کنید، سپس روی «قمار مسئولیت پذیر» کلیک کنید.

3. مسدود کردن تبلیغات قمار

- طیف وسیعی از برنامه‌های افزودنی مرورگر اینترنت موجود است که از نمایش آگهی‌های قمار در تلفن یا رایانه شما جلوگیری می‌کند.
- برای مرورگر خود یک برنامه افزودنی را به صورت آنلاین جستجو کنید یا از uBlock Origin (ublockorigin.com) استفاده کنید.

1. در بت استاپ ثبت نام کنید

BetStop مرکز ثبت ملی خود حذفی است. آن رایگان است و به شما امکان می‌دهد از سه ماه تا مادام العمر خود را از تمام خدمات شرط بندی تعاملی دارای مجوز حذف کنید. به betstop.gov.au مراجعه کنید

2. خود را حذف کنید

می‌توانید خود را از مکان‌های بازی و شرط بندی های آنلاین محدود یا حذف کنید.

- **TAB**. از rwwa.com.au دیدن کنید، «شرط بندی مسئولانه» را جستجو کنید و گزینه‌های زیر «خود حذفی» را بررسی کنید.
- **Sportsbet**. از قمار responsiblegambling.sportsbet.com.au بازدید کنید. سپس بر روی «یک استراحت بگیرید» در زیر «ابزارها و استراتژی‌ها» کلیک کنید.
- **Crown Perth**. از crownperth.com.au دیدن کنید و «خود حذفی قمار مسئولانه» را جستجو کنید.

قمار زیان آور یا پرخطر
زمانی است که قمار شما تأثیر منفی بر زندگی شما یا زندگی خانواده، دوستان یا جامعه شما می‌گذارد.

آیا قمار شما مضر یا پرخطر است؟

ببینید آیا هر یک از علائم هشدار دهنده مقابل را تشخیص می‌دهید یا خیر. یا از gambleaware.com.au دیدن کنید و تست 30 ثانیه ای ما را انجام دهید تا بفهمید آیا زمان اقدام و درخواست کمک فرا رسیده است.