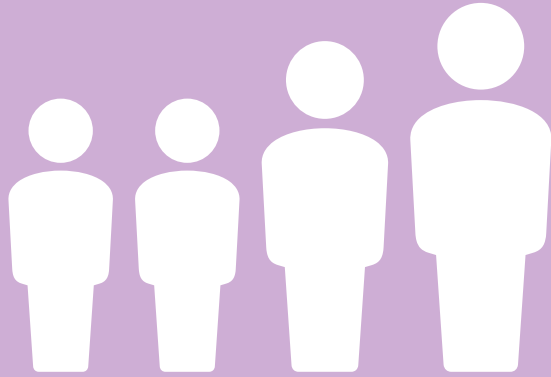


## تقديم الدعم للعائلة والأصدقاء

Arabic



تنتشر Gambler's Help معلومات باللغة العربية عبر الانترنت على موقع [gamblerhelp.com.au/arabic](http://gamblerhelp.com.au/arabic)

يمكننا أيضا توفير مترجم عند الطلب. اتصل على Gambler's Help على رقم **1800 858 858**.

تقدم المنظمتان التاليتان دعماً مجانيًا وسريًا للمتحدثين باللغة العربية:



### مؤسسة Victorian Arabic Social Services

اللغات التي يتم التحدث بها: العربية والكلدانية والإنجليزية

الخدمات: الاستشارات المالية وغيرها من الدعم الاستشاري

ساعات الخدمة: من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 9 صباحًا حتى الساعة 5 مساءً

الدعم وجهًا لوجه: Broadmeadows

يرجى زيارة الموقع الإلكتروني [vass.org.au](http://vass.org.au) الخاص بمؤسسة Victorian Arabic Social Services

#### معلومات الاتصال

للحصول على معلومات أو لحجز موعد، يرجى الاتصال بالرقم 9359 2861 أو التواصل عبر البريد الإلكتروني [mail@vass.org.au](mailto:mail@vass.org.au)



### Arabic Welfare Incorporated

اللغات التي يتم التحدث بها: العربية والإنجليزية

الخدمات: الاستشارات العربية والإحالة المدعمة إلى الاستشارات المالية باللغة الإنجليزية

ساعات الخدمة: من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 9 صباحًا حتى الساعة 5 مساءً

الدعم وجهًا لوجه: Brunswick و Broadmeadows (في الأماكن الأخرى من خلال تحديد موعد)

الدعم عبر الهاتف: متاح

يرجى زيارة الموقع الإلكتروني [www.arabicwelfare.org.au](http://www.arabicwelfare.org.au) لمؤسسة Arabic Welfare Incorporated

#### معلومات الاتصال

للحصول على معلومات أو لحجز موعد، يرجى الاتصال بالرقم 9380 9536 (03) أو التواصل عبر البريد الإلكتروني [info@arabicwelfare.org.au](mailto:info@arabicwelfare.org.au)

إذا كنت أصمًا أو تعاني من ضعف في السمع أو النطق، اتصل بنا عبر خدمة التتابع الوطنية. لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [relayservice.gov.au](http://relayservice.gov.au)

## هل تشعر بالقلق إزاء شخص قريب منك؟

تبدأ المقامرة في أن تصبح مشكلة عندما تضر صحة الشخص العقلية أو البدنية أو تضر بشؤونه المالية أو بعلاقاته مع الآخرين أو بحياته الاجتماعية أو بسمعته أو بقدرته على العمل.

العلامات التي ينبغي أن تبحث عنها:

• الديون أو الاقتراض غير المبرر

• سرية المقامرة

• بيانات مالية مفقودة

• عدم الذهاب إلى العمل أو إلى الفعاليات الاجتماعية

• تقلب المزاج أو إظهار مشاعر القلق أو التوتر أو الغضب

• فقدان محفظة النقود أو فقدان المال بانتظام

• أي تغييرات في السلوك تشعر بالقلق حيالها

اتصل بمؤسسة Gambler's Help على رقم

**1800 858 858** أو قم بزيارة الموقع الإلكتروني

[gamblerhelp.com.au/arabic](http://gamblerhelp.com.au/arabic)

## هل تأثرت حالتك بسبب مقامرة شخص آخر؟

عندما يُعاني شخص ما قريب منك من مشكلة المقامرة، قد يصبح الأمر مربكًا ويعزلك عن الآخرين. وقد يؤثر على مدى ثقتك وعلى أموالك.

فسواء أكنت صديقًا أو شريكًا في الحياة أو أحد الوالدين، فإنّ مساعدتك أمر لا يقل أهمية عن مساعدة الشخص الذي يُعاني من مشكلة المقامرة.

يمكننا تقديم وجهة نظر مختلفة حول الوضع واستكشاف الخيارات المتاحة أمامك لمساعدتك على الاعتناء بنفسك.

تقدم مؤسسة Gambler's Help دعمًا مجانيًا وسريًا لأي شخص يتأثر بالمقامرة، وليس للمقامرين فقط.

## كيف يمكنك مساعدة نفسك وعائلتك؟

بينما يمكنك لعب دور حيوي في مساعدة شخص قريب منك يُعاني من مشكلة المقامرة، إلا أنه من الأهمية بمكان أن تعتني أيضًا بنفسك وبعائلتك.

يمكننا دعمك لحماية نفسك وحماية الأشخاص من حولك من الضرر المادي والعاطفي.

اتصل بمؤسسة Gambler's Help على رقم 1800 858 858 أو قم بزيارة الموقع الإلكتروني [gamblershelp.com.au](http://gamblershelp.com.au)

## الاعتناء بأطفالك

قد تؤثر المقامرة على الأطفال تأثيرًا كبيرًا. فعلى الرغم من أنهم قد لا يتحدثون عن الأمر، إلا أنهم قد يشعرون بالعزلة أو الغضب أو الاكتئاب بسبب ما يحدث في المنزل.

نحن نقدم المساعدة والمشورة حول كيفية مراقبة صحة الأطفال ونموهم، بحيث يمكنك تقليل الآثار المترتبة عن المقامرة.

## تقديم الدعم للشباب

إذا كنت شابًا صغيرًا في السن وتشعر بالقلق حول مشكلة أحد الوالدين أو مشكلة شخص قريب منك والتي تتعلق بالمقامرة، ففكر في التحدث إلى صديق أو إلى أحد أعضاء العائلة أو إلى معلم.

يمكنك الاتصال بمؤسسة Gambler's Help Youthline على رقم 1800 262 376 للحصول على المشورة والدعم على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع.

## كيف يمكنك مساعدة شخص يُعاني من

### مشكلة المقامرة

التعافي من مشكلة كمشكلة المقامرة أمر ليس باليسير. لكن العديد من الأشخاص الذين لديهم مشكلات تتعلق بالمقامرة قادرين على تغيير حياتهم رأسًا على عقب بسبب الدعم الذين يتلقونه من المقربين لهم.

يمكننا مساعدتك عن طريق توفير هذا الدعم من خلال تقديم المعلومات والنصائح التي تتناسب تحديدًا مع حالتك.

ثمة العديد من الطرق العملية التي يمكنك استخدامها لمساعدة شخص يُعاني من مشكلة المقامرة، بما في ذلك:

• تشجيعهم على الاتصال بمؤسسة Gambler's Help

• حضور جلسات الاستشارة العائلية أو المالية معًا

• توفير أنشطة ترفيهية وفعاليات اجتماعية أو عائلية بديلة

• توفير الدعم لمعالجة الأسباب المحتملة لمشكلة المقامرة.

اتصل بمؤسسة Gambler's Help على رقم 1800 858 858 للحصول على المشورة والدعم المجاني والسري.

أو يمكنك زيارة الموقع الإلكتروني [gamblershelp.com.au](http://gamblershelp.com.au) لتعثّر على الدعم الذي يُناسبك.

## المساعدة المالية

غالبًا ما يواجه الأشخاص الذين يعانون من مشكلات المقامرة صعوبةً في التعامل مع الأموال عندما تتوفر فرصٌ للمقامرة.

وقد يُطلب منك توفير أو إقراض المال، مما قد يضعك تحت ضغوط مالية. قد تعني المقامرة التي يُعاني منها شخص آخر أنه يجب عليك خفض الإنفاق، أو العودة إلى العمل، أو بيع الممتلكات، أو الحرمان من بعض الأشياء التي اعتدت الحصول عليها.

نحن نقدم استشارات مالية مجانية وسرية لمساعدتك في التعامل مع المشكلات المالية وحماية نفسك من الضغوط المالية.