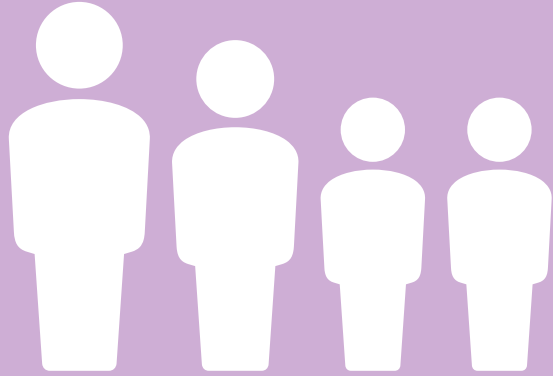


فیملی اور دوستوں کے لیے مدد

Urdu | اردو



ہم عربی، کینٹونیز، مینڈرین اور ویتنامی زبانوں میں مفت اور رازدارانہ مدد فراہم کرتے ہیں۔ ہم درخواست کرنے پر دیگر زبانوں میں زبانی مترجم کا بھی انتظام کر سکتے ہیں۔ مزید معلومات کے لیے gamblershelp.com.au پر جائیں۔

اگر آپ سن نہیں سکتے یا آپ کو سماعت یا گویائی کا مسئلہ ہے تو نیشنل ریلے سروس کے ذریعے ہم سے رابطہ کریں۔ مزید معلومات کے لیے relayservice.gov.au پر جائیں۔

کیا آپ اپنے کسی قریبی عزیز کے لیے پریشان ہیں؟

جوا اس وقت مسائل کا باعث بننا شروع ہوتا ہے جب وہ کسی شخص کی ذہنی یا جسمانی صحت، اس کے مالی حالات، دوسروں سے تعلقات، سماجی زندگی، نام یا کام کرنے کی صلاحیت کو نقصان پہنچاتا ہے۔

وہ علامات جن پر نظر رکھنے کی ضرورت ہے:

• بلا وجہ قرض یا ادھار لینا

• جوئے کو چھپانا

• مالیاتی اسٹیٹمنٹس غائب ہونا

• کام یا سماجی تقریبات سے اجتناب کرنا

• موڈ میں تبدیلیاں، اینگزیٹی، دباؤ یا غصہ

• والیٹ یا رقم کا باقاعدگی سے کھو جانا

• رویے میں کوئی اور دیگر ایسی تبدیلیاں

جن کے بارے میں آپ پریشان ہوں

گیمبلرز ہیلپ کو 1800 858 858 پر کال کریں
یا gamblershelp.com.au پر جائیں

سپورٹ حاصل کرنے کے کئی طریقے ہیں

کسی سے بات کریں

گیمبلرز ہیلپ 24/7 مفت اور رازدارانہ مشاورت اور کاؤنسلنگ کی پیشکش کرتی ہے

1800 858 858 پر کال کریں



فون

کاؤنسلر سے ملاقات کریں

گیمبلرز ہیلپ روبرو کاؤنسلنگ کی پیشکش کرتی ہے جو ایک مرتبہ یا جاری بنیادوں پر ہوتی ہے۔

1800 858 858 پر کال کریں



روبرو

اپنے مالی معاملات کے حوالے سے مدد حاصل کریں

مالیاتی کاؤنسلرز آپ کو جوئے سے متعلقہ

مالی مسائل پر قابو پانے میں مدد دے سکتے ہیں

1800 858 858 پر کال کریں



مالیاتی مشاورت

فیملی اور دوستوں کے لیے سپورٹ

اگر آپ کو کسی اور شخص کی جوئے کی عادت متاثر کر رہی ہے تو ہم مشاورت اور کاؤنسلنگ فراہم کرتے ہیں

1800 858 858 پر جائیں



فیملی اور دوست

اپنے جیسے لوگوں سے بات کریں

ہم ایسے لوگوں سے معاونت حاصل کرنے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں جو آپ سے ملتے جلتے مسائل سے گزر چکے ہیں

1800 858 858 پر کال کریں



ساتھیوں کی (peer) سپورٹ

اپنی مدد آپ کرنے کے وسائل

اپنی مدد آپ کے وسائل آپ کا اعتماد بڑھانے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں اور آپ کے لیے اپنے دستیاب وقت میں اپنی رفتار کے مطابق اپنی تشویشوں پر کارروائی کا موقع دیتے ہیں

1800 858 858 پر جائیں



اپنی مدد آپ کریں

کیا آپ کی عمر 25 سال سے کم ہے؟

رازدارانہ بات چیت کے لیے ہماری مخصوص گیمبلرز ہیلپ یوتھ لائن کو کال کریں

1800 262 376 پر کال کریں



نوجوان لوگ

فوری آن لائن مدد

کاؤنسلر کو 24/7 ای میل کریں یا اس سے لائیو چیٹ کریں

1800 262 376 پر کال کریں



آن لائن سپورٹ

آپ جوئے کے مسائل کے شکار کسی شخص کی کیسے مدد کر سکتے ہیں

جوئے کی لت سے چھٹکارا پانا آسان کام نہیں ہے۔ لیکن جوئے کے مسائل سے دوچار بہت سے لوگ اپنے قریبی لوگوں کے تعاون کی وجہ سے اپنی زندگیوں کا رخ موڑ سکتے ہیں۔

ہم یہ سپورٹ فراہم کرنے کے سلسلے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں اور آپ کی مخصوص صورتحال کے مطابق معلومات اور مشورہ فراہم کر سکتے ہیں۔

جوئے کی لت کے شکار کسی شخص کی مدد کرنے کے بہت سے عملی طریقے ہیں، بشمول:

• ان کی حوصلہ افزائی کرنا کہ وہ گیمبلرز ہیلپ سے رابطہ کریں

• ان کے ساتھ مل کر فیملی یا مالیاتی کاؤنسلنگ کے لیے جانا

• متبادل تفریحی سرگرمیوں اور سماجی یا خاندانی تقریبات میں شمولیت کا موقع فراہم کرنا

• ان کی جوئے کی لت کی ممکنہ وجوہات کو حل کرنے میں ان کی مدد کرنا۔

مفت، رازدارانہ مشاورت اور سپورٹ کے لیے گیمبلرز ہیلپ کو 1800 858 858 پر کال کریں۔

یا اپنے لیے درست سپورٹ کی تلاش کے لیے gamblershelp.com.au پر جائیں۔

مالیاتی معاونت

جوئے کے مسائل میں مبتلا لوگوں کو جوئے کے مواقع کی موجودگی میں اکثر اوقات پیسے سنبھالنے میں دشواری پیش آتی ہے۔

آپ سے رقم یا قرض دینے کے لیے کہا جا سکتا ہے، جو آپ کو مالی دباؤ میں ڈال سکتا ہے۔ کسی اور کی جوئے کی لت کی وجہ سے یہ بھی ہو سکتا ہے کہ آپ کو اخراجات میں کمی کرنا پڑے، کام پر واپس آنا پڑے، جائیداد بیچنی پڑے یا پیسے کے بغیر رہنا پڑے۔

ہم آپ کو مالیاتی مسائل سے نمٹنے اور اپنے آپ کو مالی دباؤ سے بچانے میں مدد کے لیے مفت اور رازدارانہ مالی مشاورت کی پیشکش کرتے ہیں۔

کیا آپ کسی دوسرے شخص کی جوئے کی عادت سے متاثر ہوئے ہیں؟

جب آپ کے کسی قریبی شخص کو جوئے کا مسئلہ درپیش ہو تو یہ آپ کے لیے بہت پریشان کن ہو سکتا ہے اور تنہائی کا باعث بن سکتا ہے۔ یہ آپ کے بہروسی، اعتماد اور مالی معاملات پر اثر انداز ہو سکتا ہے۔

چاہے آپ جو کھیلنے والے شخص کے دوست، جیون ساتھی یا والد والہ ہوں، آپ کی مدد کرنا اتنا ہی اہم ہے جتنا کہ جو کھیلنے والے کی مدد کرنا۔

ہم آپ کی صورت حال کے بارے میں ایک مختلف نقطہ نظر فراہم کر سکتے ہیں اور آپ کو اپنی دیکھ بھال میں مدد کرنے کے لیے دستیاب صورتیں فراہم کر سکتے ہیں۔

گیمبلرز ہیلپ جوئے سے متاثرہ ہر شخص کو مفت، رازدارانہ مدد فراہم کرتی ہے، نہ کہ صرف جو کھیلنے والے افراد کو۔

آپ اپنی اور اپنی فیملی کی کس طرح مدد کر سکتے ہیں

اگرچہ آپ جوئے کے حوالے سے اپنے کسی قریبی عزیز کی مدد کرنے میں اہم کردار ادا کر سکتے ہیں، لیکن آپ کے لیے اتنا ہی اہم ہے کہ آپ اپنی اور اپنے خاندان کی دیکھ بھال بھی کریں۔

ہم آپ کو اور آپ کے آس پاس لوگوں کو مالی اور جذباتی نقصان سے بچانے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔

گیمبلرز ہیلپ کو 1800 858 858 پر کال کریں یا gamblershelp.com.au پر جائیں۔

اپنے بچوں پر نظر رکھنا

جو بچوں کو شدید متاثر کر سکتا ہے۔ اگرچہ شاید وہ کچھ نہ کہیں، لیکن گھر میں جو کچھ ہو رہا ہے اس سے وہ الگ تھلگ، غصہ یا افسردگی محسوس کر سکتے ہیں۔

ہم بچوں کی صحت اور نشوونما پر نظر رکھنے کے حوالے سے مدد اور مشورہ فراہم کرتے ہیں تاکہ آپ اس کے اثرات کو کم سے کم کر سکیں۔

نوجوانوں کے لیے سپورٹ

اگر آپ ایک نوجوان ہیں اور پریشان ہیں کہ آپ کے والد والہ یا آپ کا کوئی قریبی شخص جوئے کے مسائل کا شکار ہے تو کسی دوست، خاندان کے رکن یا ٹیچرس سے بات کرنے کے بارے میں سوچیں۔

آپ گیمبلرز ہیلپ یوتھ لائن کو مشورے اور مدد کے لیے دن کے 24 گھنٹے، ہفتے کے ساتوں دن 1800 262 376 پر کال کر سکتے ہیں۔