

這些警告訊號是否似曾相識？



輸光所有賭資。你曾否輸掉為賭博而存下的錢？



使用本該用來支付賬單的款項。你有否為了賭博而使用本該用來購買日常用品或支付賬單的款項？



借貸賭博。你曾否為了賭博而沒有繳付信用卡費或貸款，或者借貸賭博？



花光所有積蓄。你曾否為了賭博而使用本該用於買車、買新房、裝修或去旅遊度假而存下的積蓄？



問朋友或家人借錢。你曾否為了賭博而向你認識的人借錢？



與朋友發生矛盾。你曾否因為借錢或因朋友提醒你賭博有害而失去朋友？



輸掉了你的車或房屋。你曾否因為賭博而拖欠汽車貸款、房租或抵押貸款？



利用親人或至愛的信任冒險。你曾否因為賭博而撒謊，以致他們對你失去信任，甚至與家人斷絕關係？

你擔心你的賭博行為嗎？

其實你只需打一個電話或點幾下滑鼠就能獲得協助。聯絡以下任何一項免費支援服務，就能獲得保密協助和建議。

- **請致電戒賭熱線：1800 858 858。**24 小時全天候提供免費保密服務。
- **請致電西澳戒賭援助熱線：(08) 9325 6644。**預約免費戒賭和財務諮詢服務。如有需要，可要求口譯員提供協助。
- **請瀏覽以下網址：gamblinghelponline.org.au。**提供即時聊天，電子郵件諮詢服務及線上資源。

如欲了解更多資訊，請瀏覽：gambleaware.com.au

GAMBLEAWARE

24小時
全天候
提供免費保密協助



你的賭本是甚麼？

備用現金？

生活費？

你的租金、積蓄或信用卡？

親朋至愛對你的信任？

如認為你的風險太大，
應尋求**免費協助**。

GAMBLEAWARE

甚麼是 有害 賭博？

24小時
全天候
提供免費保密協助



有害或高風險賭博是指你的賭博行為對你自己或家人、朋友或社群的生活產生了負面影響。

你的賭博行為是有害或高風險嗎？

看看你是否認識到任何警告訊號（在另一面）。或者，你可瀏覽 gambleaware.com.au，並進行30秒的測試，看看是否該採取行動並尋求幫助。

控制賭博行為的方法

1. 註冊 BetStop

BetStop 是一個全國性的自我戒賭登記網站。該網站不收取費用，並可以使你在三個月至永久時間內禁止使用所有持牌的互動賭博服務。請瀏覽：betstop.gov.au

2. 阻止自己賭博

你可以限制或禁止自己進入遊戲場所，以及限制或禁止自己使用線上博彩公司的服務。

- **TAB.** 請瀏覽：rwwa.com.au，搜尋「responsible wagering（理性賭博）」，並查看「Self-exclusion（自我戒賭）」下的選項。
- **Sportsbet.** 請瀏覽：responsiblegambling.sportsbet.com.au，然後點擊「Tools and strategies（工具和策略）」下的「Taking a break（休息一下）」。
- **Crown Perth.** 請瀏覽：crownperth.com.au，搜尋「responsible gambling self exclusion（理性賭博與自我戒賭）」。

- **Bet365.** 請瀏覽：bet365.com.au，點擊「responsible gambling（理性賭博）」，然後點選「self exclusion（自我戒賭）」。
- **Ladbrokes.** 請瀏覽：ladbrokes.com，然後點擊「responsible gambling（理性賭博）」。

3. 攔截賭博廣告

網上有各式各樣的網路瀏覽器擴充套件，能攔截出現在你的智能手機和電腦上的賭博廣告。

在網上搜尋適合您的瀏覽器的擴充套件，或嘗試使用 uBlock Origin (ublockorigin.com)。