

Joga osan no joga pokies: ita bele hetan ajuda

Joga osan no joga mákina poker (pokies) bele lori problema hanesan lakon osan ne'ebé poupa ona no estraga relasaun ho família no belun sira. Kona-ba pokies, kuandu komesa joga, difisil atu para no lakleur bele lakon osan barak. Iha folletu ne'e, iha informasaun ne'ebé bele ajuda ita ka kolega ruma ne'ebé hasoru ona problema tanba joga osan.



Ko'alia hamutuk ho família ka belun ida. Hamutuk imi bele hetan rekursu no apoiu: www.gamblinghelponline.org.au/helping-others.



Iha Austrália, kontakta ofisiál ligasaun ba ita-nia rai atu hetan apoiu língua no kultura nian: www.palmscheme.gov.au/contact.



Kontakta ajénsia Gambling Help Online, ne'ebé loke oras 24, loron hitu, hodi bolu 1800 858 858, ka uza chat online ka manda mensajen (SMS). Servisu konsellu ne'e gratuiitu: <https://www.gamblinghelponline.org.au/>.

Ita mós bele kontakta servisu apoiu nian iha ajénsia Lifeline nia sítiu internét: <https://toolkit.lifeline.org.au/topics/problem-gambling/support-services-for-gambling>.



Kontakta representante ba ajénsia Community Connections atu hetan rede apoiu iha ita-nia área: www.palmscheme.gov.au/contact.



Ita bele hetan folletu faktus kona-ba tau matan ba ita-nia saúde mentál bainhira hela iha Austrália iha: www.palmscheme.gov.au/resources/mental-and-physical-health.



Se ita mak traballadór ba programa PALM no joga osan lori ona impaktu ba ita-nia bem estár, **bolu eskema PALM nia liña telefone ba servisu apoiu nian - 1800 51 51 31 husi 8:30 dadeer to'o 6:30 lokraik AEST.**

Foka ba buat importatnte

Hanoin fali objetivu sira ne'ebé book ita atu mai to'o Austrália no buat ne'ebé importante ba ita – ita-nia família, comunidade, fiar no esperansa ba futuru iha rain rasik. Joga osan no pokies bele ameasa ita-nia bem estár no objetivu sira. Di'ak atu buka ajuda hodi bele kumpre objetivu sira-ne'e.