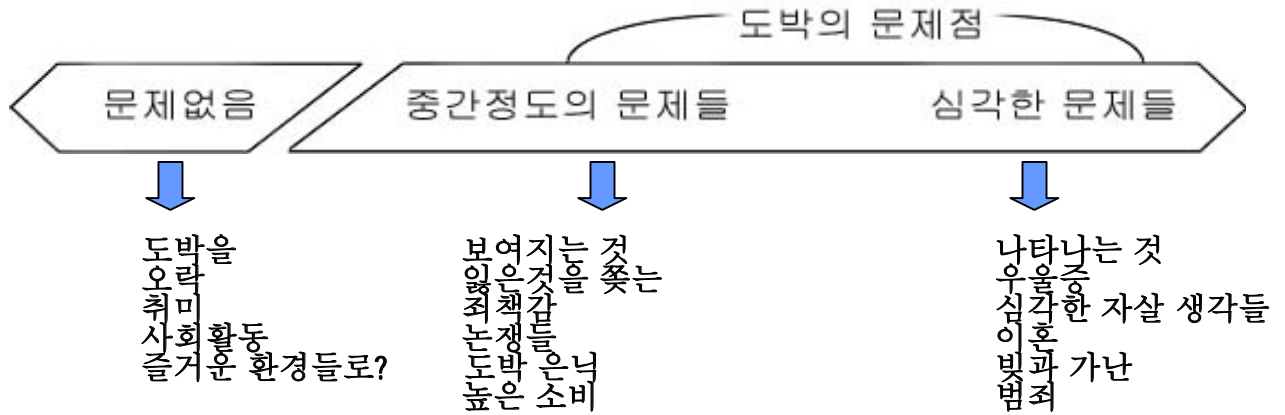


도박의 연속



*Adapted from Productivity Commission 1999, Australia's Gambling Industries, and Report No. 10.

문제 도박의 증세들

- 당신은 매일 도박을 생각하는가?
- 당신은 잃을 것들을 좇아다니는가?
- 당신은 도박때문에 우울 또는 불안함을 느끼는가?
- 당신의 가까운 사람들에게 당신의 도박행위를 숨기는가?
- 당신은 도박을 하기위해 돈을 빌리는가?
- 당신은 돈 또는 도박으로 인해 가족 또는 친구들과 논쟁을 하는가?
- 당신은 한푼이 없어질때까지 도박을 하는가?
- 당신은 도박에 돈을 썼기때문에 납부하지 못한 공과금이 있는가?



문제 도박의 해결들

- 특정한 시간을 정하고 돈을 제한한다 - 그리고 그것들을 철저히 지킨다.
- 도박에서 돈 판것들과 잃을것들의 모든 결과들을 매일 기록한다.
- 과거에 도박 경험이 있는 카지노/클럽/Pub/TAB 또는 다른 관련된 장소에 가는 것을 피한다.
- 도박장에 "자신 스스로의 입장을 금지하는 제도" 가 있는 지 확인하고 도박으로 부터 금지될 수 있도록 요청한다.
- 도박으로 소비한 시간들을 가족과 스포츠에 좀 더 많이 할애하거나 친구들과 어울리는 데 사용한다.



도움을 받을 수 있는 곳

- NSW 다중문화 문제 도박 서비스 / 무료통화: 1800 856 800
- G-라인: 1800 633 635 (24시간/ 7일).

