လောင်းကစားတယ်ဆိုတာ ဘာလဲ။

လောင်းကစားလုပ်တယ်ဆိုတာ ဖြစ်လာမယ်လို့ မသေချာမရေရာတဲ့ အရာတစ်ခုအပေါ် ငွေထည့်ကစားတာကို ဆိုလိုပါသည်။

လောင်းကစားနည်း များစွာရှိ ပါသည်။ ဖဲရိုက်ခြင်း၊ မြင်းပြိုင်ပွဲ၌ မြင်းလောင်းခြင်း၊ ပိုကာ စက်ထဲ ငွေထည့်ဆော့ကစားခြင်း၊ အားကစားပွဲများတွင် လောင်းကစားခြင်း စသည်တို့ပါဝင်သည်။

လောင်းကစားမှု ဟာ အချို့သောသူတွေအတွက် အန္တရာယ်မရှိနိုင်တဲ့ အပန်းဖြေဖျော်ဖြေမှု မျှသာဖြစ်နိုင်ပေမဲ့ တချို့လူများအတွက်မူ စိုးရိမ်ဖွယ် ပြဿနာ ဖြစ်လာနိုင်သည်။

What is gambling?

Gambling is when you bet money on something that is not certain to happen.

There are many different forms of gambling including card games, horse racing, poker machines and betting on sports games.

For some people gambling is a harmless form of entertainment, but for others it can become a serious problem.

Can you win money?

The more you gamble, the more money you will lose.

Facts about the pokies

Nothing you can do will increase your chances of winning money on a poker machine.

- It doesn't matter how many times you play.
- It doesn't matter what time you play, or what the machine looks like.
- It doesn't matter how much money has gone into the machine.

A poker machine is never due to pay out.

If you play the pokies, you should play for entertainment. Never expect to win money.

What can go wrong?

Gambling can become a serious problem for some people and their families. This can include:

- Losing large amounts of money on gambling
- Trying to win back money they have lost
- Gambling because they are lonely or have nothing else to do
- Constantly thinking about gambling
- Lying to family or friends about gambling
- Feeling anxious or depressed because of gambling

Problem gambling can cause harm, but it is never too late to seek help.

Is there help?

If gambling is a problem for you or someone you know, you can get help.

Gambler's Help is a free service that can help people who have gambling problems. They can help people control or stop gambling, and help them to manage financial problems caused by gambling.

Anything you say will be kept private. Gambler's Help will not tell anyone else that you called.

You can speak to a Gambler's Help counsellor on the phone at any time, or meet someone in person. An interpreter can be provided if you want one.

Call Gambler's Help at any time on 1800 858 858 or visit www.gamblinghelponline.org.au for online support.

multicultural gambler's help program

gambler's help 1800 858 858 problemgambling.vic.gov.au

A Victorian Government initiative

State Government Victoria

Copyright Centre for Culture, Ethnicity & Health 2010

BURMESE/ENGLISH

အသင့်အနေနှင့် ဒီထက် ပိုလောင်းကစားလေ ပိုရှုံးလေ သာဖြစ်မည်၊

လောင်းကစားတာကနေ ငွေ ကြေးပိုက်ဆံ နိုင်လာ နိုင်မည်လား ၊

အသင့်အနေနှင့် ပို လောင်းလေ အသင့်၏ ငွေကြေးပိုက်ဆံပိုဆုံးလေသာ ဖြစ်မည်။

ပိုကာ စက်များအကြောင်း သိထားသင့်သည့် အချက်များ။

ပိုကာစက်မှာ ငွေထည့် လောင်းကစားတဲ့အခါ ငွေကြေးပိုက်ဆံ အနိုင်ရလာအောင် အသင် လုပ်နိုင်သည့်အရာ ဘာမှုမရှိ။

- အသင့်အနေနှင့် အကြိမ်ပေါင်း မည်မျှပင်ကစားသော်လည်း ထူးခြားလာမည် မဟုတ်ပါ။
- အသင့်အနေနှင့် ဘယ်အချိန်မှာ သွားကစားသည်ဖြစ်စေ၊ အသင်ကစားမဲ့စက်က ဘယ်လိုပုံပေါက်နေပါစေ ထူးခြားလာမည်မဟုတ်ပါ။
- စက်ထဲ အသင့်အနေနှင့် ပိုက်ဆံဘယ်လောက် များများထဲ့ထဲ့ ထူးခြားလာမည်မဟုတ်ပါ။

ပိုကာ စက်က အသင့်အတွက် ငွေလျော် ပေးရမဲ့ အနိုင်ပေးရမဲ့အချိန်တန်ပြီလို့ သတ်မှတ်ထားခြင်း အလျှဉ်း မရှိ။

အသင့်အနေနှင့် ပိုကာ စက်ကို ဆော့ ပြီဆိုပါကလည်း အပန်းဖြေဖျော်ဖြေမှုတစ်ခုလို့သာ စိတ်ထဲသတ်မှတ်ကာ ဆော့ သင့်သည် ၊ အနိုင်ရလိမ့်မယ်လို့ ဘယ်တော့မှ မမျှော်လင့်ပါနှင့်။

ဘယ်လို ပြဿနာ ဖြစ်လာနိုင်သလဲ ၊

အချို့သောသူများနှင့် ယင်းတို့၏မိသားစုအတွက် လောင်းကစားခြင်းမှသည် စိုးရိမ်ဖွယ်ရာ အခက်အခဲ ပြဿနာ ဖြစ်လာနိုင်သည်။ ဖြစ်နိုင်တဲ့ ပြဿနာ များမှာ

- လောင်းကစားမှုကြောင့် ငွေအမြောက်အမြား ဆုံးရှုံးရခြင်း၊
- ရှုံးသွားတဲ့ပိုက်ဆံကို ပြန်ရဖို့ သည်းကြီးမည်းကြီး ဆက်ကစားခြင်း၊
- လောင်းကစားသူမှာ တကိုယ်တည်း လုံးတီးဖြစ်ခြင်းကြောင့် တခြား ဘာမှလုပ်စရာပျော်စရာ မရှိသည့်အတွက်ကြောင့် လောင်းကစားတာဖြစ်နိုင်ခြင်း၊
- လောင်းကစားဖို့သာ တချိန်လုံး တွေးနေခြင်း။
- လောင်းကစားခြင်း နှင့် ပတ်သက်၍ မိသားစုကိုရော မိတ်ဆွေများကိုပါ လိမ်လည်ပြောဆိုခြင်း။
- လောင်းကစားခြင်းကြောင့် စိုးရိမ်သောက များလာခြင်း၊ သို့ မဟုတ် စိတ်ဓာတ်ကျလာခြင်း။

လောင်းကစားခြင်းကြောင့် ပြဿနာ အကြီးအကျယ် ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။ သို့သော်လည်း အကူအညီတောင်းခံရန် အတွက်မှု နောက်ကျသွားပြီလို့ ဘယ်တော့မှမရှိ။

အကူအညီ ရနိုင်မလား

သင့်အတွက်ဖြစ်စေ သို့မဟုတ် သင်သိသောသူအခြားတစ်ယောက်အတွက် ဖြစ်စေ လောင်းကစား ပြဿနာ ရှိနေပါက အကူအညီ ရနိုင်သည်။

“လောင်းကစားသမားများအတွက် အကူအညီဌာန” ဆိုသည်မှာ လောင်းကစားပြဿနာ ရှိသူများအား အခမဲ့အကူအညီပေးနိုင်သည့် လုပ်ငန်းဌာနတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ပြဿနာရှိနေသူများကို လောင်းကစားမှု လျှော့လာအောင် သို့မဟုတ် လုံးဝရပ်သွားအောင် အကူအညီပေးနိုင်မည့်အပြင် လောင်းကစားမှုက ဖြစ်လာသည့် ငွေရေးကြေးရေး အခက်အခဲ ပြဿနာများကိုပါ ကူညီကိုင်တွယ်ပေးနိုင်ပါမည်။

သင်ပြောသမျှ အသင့်အကြောင်း ဘယ်မှ မပေါက်ကြားစေရပါ။ သင် ဆက်သွယ်လာကြောင်းကို “လောင်းကစားသမားများအတွက် အကူအညီဌာန” အနေနှင့် ဘယ်သူ့ကိုမှု ပြောပြမည်မဟုတ်ပါ။

အသင့်အနေဖြင့် လောင်းကစားသမားများအတွက် အကူအညီဌာန မှ အတိုင်ပင်ခံ ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် တယ်လီဖုန်းပေါ်၌ အချိန်မရွေး ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်သည်။ သို့မဟုတ် ထိုဌာမှ တစ်ယောက်ယောက် နှင့် လူချင်းတွေ့ဆုံစကားပြောနိုင်သည်။ စကားပြန် လိုအပ်ပါကလည်း အမြဲရနိုင်ပါသည်။

လောင်းကစားသမားများအတွက် အကူအညီ ဌာနကို ဆက်သွယ်လိုပါက တယ်လီဖုန်း နံပါတ် ၁၈၀၀ ၈၅၈ ၈၅၈ ကို ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ်ပါက ဤဝက်ဘ်ဆိုက်ကို www.gamblinghelponline.org.au ဆက်သွယ်အကူအညီရယူနိုင်ပါသည်။