رویوں میں تبدیلی لانا

زندگیوں میں تبدیلی لانا

aquarius

جوئے سے نجات کی سروسز

Aquarius Head Office: **236 Bristol Road, Edgbaston Birmingham B5 7SL**
T: **0121 622 8181** E: **headoffice@aquarius.org.uk** W: **www.aquarius.org.uk**
Registered Charity: **1014305** Company No: **2427100**

Aquarius کے بارے میں

ہمAquarius پورے مڈ لینڈز میں سروسز کے حامل ، ایک فلاحی ادارہ ہیں، جو الکحل، منشیات اور جوئے سے متاثرہ افراد کی معاونت کرتا ہے۔

ہم40 سالہ تجربے کے حامل ہیں اور رویے میں تبدیلی اور زندگیوں میں تبدیلی لانے میں مدد کے لیے ثبوت پر مبنی، اعلیٰ معیار کی سروسز فراہم کرتے ہیں۔

ہمRecovery Focus کا حصہ ہیں، جو فخریہ طور پر کہ خراب دماغی صحت، گھریلو بدسلوکی اور الکحل، منشیات اور جوئے کے سبب ہوئے نقصانات سے بحال ہونے کی ترغیب دلانے والے فلاحی اداروں کا ایک گروپ

دیگر اشتراک <

National Gambling Support Network

BeGambleAware.org®

رابطہ قائم کریں

کال کریں **0300 456 4293**
ای میل **gambling@aquarius.org.uk**
ملاحظہ کریں aquarius.org.uk/**gamblingservices**

INVESTORS IN PEOPLE® We invest in people Gold

جوا کھیلنے کی لت کی نشاندہی

جوا کھیلنے کی لت کی بہت سی باتیں دیگر عادات کے ساتھ یکساں ہوتی ہیں۔ تاہم، عموماً ایسی کوئی واضح علامات یا طبعی تبدیلیاں نہیں ہوتیں جو جوا کھیلنے کی لت کی موجودگی کی براہ راست نشاندہی کر سکیں۔

کچھ عمومی علامات یہ ہیں

- فرد اپنے کھیلنے کے ارادے سے زیادہ جوا کھیلتا ہے۔
- فرد اپنے جوئے کے انداز کے متعلق شرمندگی محسوس کرتا ہے۔
- فرد شرط بازی کو روکنا چاہتا ہے لیکن اسے لگتا ہے کہ وہ ایسا نہیں کر سکتا۔
- جوا کھیلنے والا فرد شرط بازی کی سلپس، لاٹری ٹکٹس یا جوئے کے لیے رقم کو چھپاتا ہے۔
- جوا کھیلنے والا فرد رقم ادھار لیتا ہے اور اسے واپس ادا نہیں کرتا۔
- جوا کھیلنے والا فرد جوا کھیلنے کی وجہ سے کام یا اسکول کے وقت سے محروم ہوتا ہے۔
- جوا کھیلنے کو کم کرنے یا روکنے کی کوشش کرنے پر بے چین یا چڑچڑا پن محسوس کرتا ہے۔
- کسی اہم رشتے، ملازمت، یا تعلیم کو جوئے کی وجہ سے ناقابل تلافی نقصان پہنچاتا یا اس سے محروم ہو جاتا ہے۔

اگر آپ خود کو، کسی کولیگ یا فرد خانہ/دوست کو ان میں سے کسی بھی حالت میں دیکھتے ہیں، تو ہماری سروسز معاونت فراہم کر سکتی ہیں

"میں مایوس اور تنہا محسوس کر رہا تھا۔ اب میں خوش ہوں اور پُرامید محسوس کرتا ہوں۔ مجھے اپنے اندر ہونے والی تبدیلی سے خوشگوار حیرت ہوئی ہے۔ یہ ایک شاندار سروس ہے اور مجھے امید ہے کہ آپ میری طرح دوسروں کی زندگیاں بدلنے میں مدد کر سکتے ہیں۔"

ریفر کیسے کریں

اس سروس پر آپ خود کو ریفر کر سکتے ہیں یا کسی پیشہ ور ماہر کی جانب سے آپ کو ریفر کیا جا سکتا ہے۔ مزید جاننے یا ریفر کی کال کے لیے: 03004564293 ملائیں یا
ای میل کریں: gambling@aquarius.org.uk

ہم کن افراد کی مدد کر سکتے ہیں؟

ہم ایسے لوگوں کی معاونت کرتے ہیں جو 18 سال یا زائد عمر کے ہوں اور جوا کھیلنے، خواہ خود کھیلنے یا کسی فرد خانہ/دوست کے جوا کھیلنے سے متاثر ہوں۔

ہماری سروسز پورے مغربی مڈ لینڈز اور مغربی مرسیا میں فراہم کی جاتی ہیں:

- برمنگھم
- کووینٹری (اور وارکشائر)
- ڈڈلی
- ہیرفورڈشائر
- سینڈویل
- سولیہل
- سٹیفورڈشائر
- سٹوک
- ٹیلفورڈ اور ریکن
- والسال
- وولوربیمپٹن
- ووسٹر

ہماری معاونت آپ کی ضرورت کے عین مطابق ہے۔

ریفرلز کے لیے ہمارا رابطے کا واحد مقام ہے تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ آپ کو اپنی صورتحال کے حوالے سے موزوں بہترین مشورہ، معلومات اور سائن پوسٹنگ فراہم کیے جاتے ہیں۔

ہم کیسے مدد کر سکتے ہیں؟

ہماری جوئے سے نجات کی سروسز ایسے لوگوں کی معاونت کرتی ہیں جو 18 سال یا زائد عمر کے ہوں اور جوا کھیلنے، خواہ خود کھیلنے یا کسی فرد خانہ/دوست کے جوا کھیلنے سے متاثر ہوں، یہ ایسا بالمشافہ (1:1 یا گروپ میں) معاونتی سیشنز کے ذریعے کرتی ہیں۔

جوئے سے نجات کے قومی معاونتی نیٹ ورک کے مڈ لینڈز کے بازو کے طور پر، ہم جوئے کی لت کا شکار کسی فرد، نیز کسی دوسرے کے جوا کھیلنے سے متاثرہ افراد خانہ اور دوستوں کو معاونت، معلومات اور مشورہ فراہم کرتے ہیں۔

ہماری جانب سے فراہم کردہ تمام تر معاونت آپ کی ضروریات، دلچسپیوں، اور ذاتی اہداف کے مطابق ہوتی ہے۔

- جوا کھیلنے کی نفسیات
- اپنے جوا کھیلنے کو کنٹرول کرنے، کم کرنے اور روکنے کے لیے تجاویز و تدابیر
- جوا کھیلنے کے سافٹ ویئر کو بلاک کرنے کے متعلق معلومات
- جوا کھیلنے کو روکنے کے دوران اہل خانہ اور دوستوں کی معاونت سے وابستگی کا طریقہ
- جوا کھیلنے کے متبادل
- جوئے کے لیے دل للچانے اور خیالات آنے سے نبرد آزما ہونا
- قرض کے نظم کے لیے سائن پوسٹنگ
- کسی فرد خانہ یا دوست کے جوا کھیلنے کا سامنا کرنے میں مدد کے لیے نبرد آزما ہونے کی مہارتیں۔

ہمیں فالو کریں Aquariustweets