

“Jekk persuna għandha problema sabiex tikkontrolla l-logħob, mhux neċessarjament ifisser li persuna għandha ‘*Gambling Addiction*’. Iżda, importanti ħafna li l-persuna jew qrabat tagħha jfittxu l-għajjnuna anke jekk min jilgħab jirrifjuta li jfittex l-għajjnuna.”

Għaliex għandi nfittex l-għajjnuna jekk il-problema tal-logħob mhix tiegħi?

Bħala persuna viċin ta' xi ħadd li għandu problema tal-logħob, inti tista' thossok:

- Frustrat/a, waħdek, inweġġa` jew konfuż/a kif l-aħjar li tgħin lilek innifsek jew lill-familja tiegħek.
- Irrabjat/a minħabba l-inkwiet żejjed li qed tbat minħabba l-problema tal-logħob ta' xi ħadd viċin tiegħek qed iġib f'ħajtek.
- Inkwetat/a fuq il-futur tiegħek, fuq l-imġieba ta' min jilgħab u fuq il-konsegwenzi finanzjarji.

Il-problema tal-logħob tista taffettwa negattivament lill-ħbieb u/jew familjari ta' min qed jilgħab.

Huma wkoll għandhom bżonn l-għajjnuna biex jitgħallmu kif għandhom jgħixu b'din is-sitwazzjoni.

Ċemplu  
**1777**

sabiex ikun tista` jingħata lkom support u għajjnuna neċessarja.

For an english version, kindly visit  
[www.rgf.org.mt/helpline1](http://www.rgf.org.mt/helpline1)

Address: 90/91, Second Floor  
Psaila Street, Birkirkara  
Tel No: +35621499030/1  
Helpline: 1777  
Website: RGF.ORG.MT

**Helpline 1777**



**RESPONSIBLE  
GAMING  
FOUNDATION**



Il-logħob m'għandu QATT jiġi użat bħala mezz sabiex persuna tagħmel il-flus jew sabiex wieħed itejjeb il-qagħda finanzjarja tagħha. Il-logħob għandu jiġi ikkunsidrat bħala attività ta' rikreazzjoni.

**Helpline 1777**

Persuna  
hi kkunsidrata  
li għandha  
problemi tal-logħob  
meta tesperjenza  
dawn is-sintomi:



- › Diffikultà biex tikkontrolla l-aptit sabiex tilgħab.
- › Kilba u hsibijiet kontinwi biex tilgħab.
- › Il-persuna ikollha problemi fir-relazzjonijiet tagħha, mall-ħbieb, familjari, fuq il-post tax-xogħol u issibha diffiċli sabiex tesperjenza pjaċir f'attivitajiet li ma jinvolvux il-logħob.
- › Il-persuna tittama li permezz tal-logħob tista` ցյib lura l-ammont ta` flus li tilfet.

Qatt hsibt jekk  
għandekx problema  
tal-logħob?

- › Ġieli insejt xi appuntament/fallejt milli ma tmurx xogħol jew wasalt tard għax bqajt tilgħab?
- › Ġieli kont nervuż, irrabjat, jew vjolenti meta nies oħra jiցbdulek l-attenzjoni fuq l-involviment tiegħek f' dawn l-attivitajiet?
- › Ġieli pruvajt tieqaf milli tilgħab imma ħassejtha diffiċli u li ma tistax tgħaddi mingħajrha?
- › Ġieli għibt fuq kemm verament infaqt flus u qattajt ħin tilgħab?
- › Ġieli lqgħabt iktar milli tiflaħ finanzjarjament jew ġieli ssellift il-flus sabiex tkun tista' tilgħab?

*Jekk inti rrispondejt iva  
għal xi mistoqsijiet minn dawn,  
fittex l-għajnuna u ċempel fuq  
il-Helpline 1777 (Freephone).  
Tista` ukoll tagħmel użu  
mis-servizz tac-chatting fuq is-sit  
[www.rgf.org.mt](http://www.rgf.org.mt).*

Mintiex qiegħed  
tilgħab bi flusek  
biss imma  
qiegħed tilgħab  
ukoll b'ħajtek  
u bil-ħajja  
tan-nies viċin  
tiegħek.

**ĊEMPEL  
1777  
Għal Aktar  
Għajnuna**

