

## Fie ma'u ha tokoni he taimi ni?

'Okapau 'oku ke fie ma'u tokoni pe 'iai ha ngaahi fehu'i, 'oku mau 'i henī ke tau talanoa ki ai.



Telefoni ki he Gambling Helpline  
**0800 654 655**. Ta'etotongi, 'ikai ke  
'ilo ki ai ha taha, 24/7



Text ta'etotongi ki he Gambling  
Helpline **8006**



Sēvesi fakakolo tokoni ki he  
va'inga: Uepisaiti: [safergambling.org.nz/support](http://safergambling.org.nz/support)



**Te Whatu Ora**  
Health New Zealand

## Ko e hā e me'a 'e ngalingali hoko'?

'Oku ngalingali pe 'e mole ho'o pa'anga  
mo e taimi mo ho'o fanau/famili mo ho  
ngaahi kaungame'a.

Ko e fuoloa ange ho'o ta misini, ko e  
lahi ange ia ho'o pa'anga 'e mole. 'Oku  
'ikai ke fakataumu'a e misini va'inga ke  
ma'u ai ha pa'anga e kakai tā misini.

Koe tokotaha 'ihe toko ua kotoa  
pe 'oku tā misini 'oku ne ongo'i e  
fakatu'utamaki 'ene tā misini ki  
he 'ene mo'ui.

'Oku 'ikai ke 'i ai ha 'ilo fakatā misini pe  
founga kākā teke toutou ikuna ai.

## 'Ilo'i e ngaahi faka'ilonga

'Oku ke ongo'i nai e ngaahi me'a ko eni?

- Fakamole ho taimi mo ho'o pa'anga  
'o lahi ange ia ho palani?
- Toe lahi ange ho va'inga' ke feinga'i  
ke fakafoki mai ho'o fakamole?
- Kumi ha tonuhia pē fūfū'i e lahi ho'o  
fakamole?
- Ongo'i halaia pe hoha'a fekau'aki mo  
ho'o va'inga?
- Kole nō Pa'anga?
- Fakakaukau ma'u pe ki he va'inga  
misini'?

'Okapau 'oku pehē, koe talanoa kiha  
taha fekau'aki mo e palopalema ni 'e  
tokoni ia kia te koe?

**'Oku ke fakamole  
lahi 'ihe tā misini'  
'o laka ia 'ihe me'a  
na'ake loto ki ai.?**



## Fakamavahe'i koe

Te ke lava pē 'o fili ke ke fakamama'o  
mei he loki tā misini 'e taha pe lahi  
hake 'aia 'oku ke fa'a 'ahia ma'u pē  
'ihā founга "ta'ota'ofi faka-e-kita"

'Oku 'uhinga eni ko e ngaahi feitu'u ko 'eni  
tenau ta'ofi ko e mei he va'inga pa'anga  
ai 'I ha fo'i vaha'a taimi na'ake fokotu'u  
ange pē 'e koe. 'E lava pē ha toe feitu'u  
kehe 'o ta'ofi ko e mei ai 'okapau kuo lahi  
'enau hoha'a ki ho'o to'onga mo'u'.

Fekumi ki ho'o fakafofonga  
fakafeitu'u:

- [multivenueexclusion.org.nz/mve-coordinators](http://multivenueexclusion.org.nz/mve-coordinators)

## Tokoni ta'etotongi

'E lahi ange 'a 'ene tu'u ke ke molé.

Ko e ngaahi Sēvesi Tokoni ki ho'o va'inga' pa'anga 'oku tukuatu ia he founга fale'i fakapulipuli ke tokoni atu kiate koe pea mo ho famili'.

Feinga'i ha taimi ke ke sio ai kihe kakai 'oku nau mahino'i e fakatu'utamaki e va'inga pa'anga fakavalevale pea tenau lava 'o tokoni – ta'e toe fakamaau'i koe.

Kumi ho'o fakafofonga fakafeitu'u:

- [Safergambling.org.nz/support](http://Safergambling.org.nz/support)

## Koe ngaahi tokoni 'aonga

Koe fanga ki'i fakakaukau ena ke tokoni ki ho'o va'inga' pa'anga ke malu mo fakapotopoto ange.

- Fakafuofua'i pau ha lahi 'oe pa'anga mo e taimi 'e ngata ai ho'o fakamole ki ho'o va'inga' pa'anga.
- Tuku 'ae kaati Pangike 'i 'api.
- 'Ai ma'u pē ha ngaahi taimi mālōlō' meihe va'inga' pa'anga ke faka'ata'ata' ho'o fakakaukau'.
- Tala totonu pē kia te koe mo ha taha pe fekau'aki mo ho'o va'inga pa'anga'.
- Talanoa kiha taha 'oku ke 'ilo mo falala kiai.

## 'Oku founга fēfē e ngaue 'ae va'inga misini'?

'Oku 'iai e komipiuta 'ihe misini va'inga' 'oku 'osi fa'u pe ia ke lahi ange 'ae pa'anga 'oku ne to'o 'ihe me'a tene totongi atu'.

Koe fo'i vilo takitaha 'ae misini' 'oku 'ikai ke fakatapau, pea 'oku 'ikai ke 'iai ha'ane fekau'aki moe ngaahi 'imisi 'oku ke sio kiai. Teke ma'u pē 'e koe 'ae faingamālie tatau ke ke ma'u, pe ko ho'o mole hangē pē koe fo'i vilo 'ae misini' kimu'a.

'Oku 'ikai ke mahu'inga e taimi loloa ho'o tangutu ha misini va'inga pē 'okapau kuo fuoloa 'ene ta'etotongi atu ha Pa'anga, mahalo teke kei mole pē.

'Oku totonu pē keke va'inga 'aki 'ae lahi taha teke mateuteu lelei fakamoleki.