

我的休憩期 我的選擇 myPlay.Break

My PlayBreak (我的投注休憩期) 作為積極向前的方法之一，
注重個人選擇。玩家可選擇暫停多久，並確立自己想要實現的目標。
在此過程中，我的投注休憩期將提供支援、指導和鼓勵，
幫助玩家保持正軌。



為您介紹

myPlay.Break

一個由 OLG 提供的自我隔離工具，能幫助玩家暫離博彩。

欲了解詳情，請前往 playsmart.ca/myplaybreak，
或致電 1-800-387-0098，聯絡 OLG 客戶支援中心。

MPB-TCH1



明智 投注
您可以信賴的博彩知識

myPlay.Break

如果出現以下情況，My PlayBreak (我的投注休憩期) 便可適合你：

- 博彩已經不像以前那樣有樂趣
- 你的財務、健康或人際關係受到影響
- 你已準備好作出改變

如何使用該工具

1. 提出請求，並選擇您想要的暫離類別。

所有安省賭場: 致電 1-800-387-0098 聯絡 OLG 客戶支援中心 (OLG Support Centre)、向現場工作人員查詢或與明智投注中心 (PlaySmart Centre) 的服務協調員交談。

所有安省慈善博彩 (實果) 中心: 致電 1-800-387-0098 聯絡 OLG 客戶支援中心，或向現場工作人員查詢。

OLG 網上博彩 (OLG.ca): 如果您在 OLG.ca 擁有玩家帳戶，請點擊 **My Account** (我的帳戶) 內的 **My PlayBreak (我的投注休憩期)** 按鈕，或致電 1-855-978-7529 聯絡 OLG 玩家支援服務部 (OLG Player Support)。

以上所有: 致電 1-800-387-0098 聯絡 OLG 客戶支援中心或發送電子郵件至 Self-Exclusion@olg.ca

2. 選擇適合您的暫離時長，並作出個人承諾，在規定期間內不進行博彩。

賭場及慈善博彩中心	OLG.ca
• 3 個月 • 6 個月 • 1, 2, 3, 4, 5 年	• 1 天 • 1 週 • 1 個月 • 2 個月 • 3 個月 • 6 個月 • 1, 2, 3, 4, 5 年

3. 暫停接收博彩推廣訊息。

在暫離賭場或慈善博彩中心的期間，玩家也會從 OLG 的市場推廣名單中被刪除，直到他們選擇恢復參與博彩為止。

如果你選擇短暫停用 OLG.ca 一天至三個月，期間所有相關的通訊和彩票訂購功能都將暫停。若投注休憩期較長，這些通訊和訂購將被取消，直到玩家選擇恢復博彩為止。

4. 您可以選擇為休憩期計劃續期。

在暫離博彩一段時間後，有些玩家會決定延長他們的休憩期，這也是可以的。

賭場或慈善博彩中心: 在最初的 My PlayBreak (我的投注休憩期) 結束前，您將收到一封電子郵件或信件，當中包含續期過程的詳情及網上續期表格的連結。若選擇續期，您可以自選延長的時間，然後繼續暫停博彩。

OLG.ca: 如果玩家想續期暫停使用 OLG.ca，他們只需致電 1-855-978-7529 聯絡 OLG 玩家支援服務部 (OLG Player Support) 即可。

任何曾登記 OLG 自我隔離 (Self-Exclusion) 計劃的玩家，都需致電 1-800-387-0098，向 OLG 客戶支援中心 (OLG Support Centre) 索取續期表格。

5. 時刻在旁的支援。

暫離賭場或慈善博彩中心的人士，可以選擇接收來自理性博彩局 (Responsible Gambling Council) 的跟進電話；或致電 1-800-387-0098，聯絡 OLG 客戶支援中心 (OLG Support Centre)，獲取更多資訊和支援。

暫停在 OLG.ca 進行網上博彩的玩家，可以致電 1-855-978-7529，聯絡 OLG 玩家支援服務部 (OLG Player Support)，或進行網上對話。

許多人發現 **My PlayBreak (我的投注休憩期)** 與其他服務結合使用，對他們特別有幫助。如需額外支援，可以聯絡以下機構：

ConnexOntario – 提供有關心理健康、成癮和問題賭博服務的資訊和支援，每週 7 天，每天 24 小時都可致電 1-866-531-2600 查詢

www.connexontario.ca

CAMH (加拿大上癮行為及心理健康中心) – 為那些想要重掌自控的人，提供教育和自助資源

www.problemgambling.ca

理性博彩局 – 為賭博人士及其親友提供資訊和資源

www.responsiblegambling.org

加拿大信貸債務方案 – 提供免費、保密的信貸諮詢和教育

www.creditcanada.com

GamTalk – 設有聊天室和論壇，讓有問題賭博情況的人互相交流

www.gamtalk.org

欲了解詳情，請前往 playsmart.ca/myplaybreak



常見問題

問: 玩家通常需要暫離多久?

答: 暫離博彩，由始至終是一個個人決定。因此，My PlayBreak (我的投注休憩期) 提供了最長 5 年的多種暫離時間選擇。玩家可以自行決定暫離多久。

問: 玩家可以暫離網上博彩嗎?

答: 絕對可以。My PlayBreak (我的投注休憩期) 是一個靈活的計劃，讓玩家暫離賭場、慈善博彩中心，以及 OLG.ca 的網上博彩。

問: 如果需要，玩家可以延長暫離時間嗎?

答: 是的。玩家可以靈活地根據需要延長暫離時間。

問: 當玩家完成了暫離期後會怎樣?

答: 玩家完成 My PlayBreak (我的投注休憩期) 後，即可重回 OLG 賭場、慈善博彩中心和 OLG.ca。此外，他們也可以選擇延長暫離期。

