FORUMS POUR LES JOUEURS

À PARTIR DE CE SOIR J'ARRÊTE.

Par Daca Posté le 25/02/2021 à 17h02

Qui veut faire de même.
On arrête TOUT. Dès ce soir.

16 RÉPONSES

Moderateur - 25/02/2021 à 17h36

Bonjour Daca,

Soyez le/la bienvenu(e) dans le forum. Bravo pour cette prise de décision. Aujourd'hui c'est votre "Jour J".

Vous aurez certainement des réponses d'autres internautes, peut-être pas ce soir mais bientôt. Ici je valide les messages avant publication jusqu'à 17h30 environ.

Vous avez le soutien de nos équipes et vous pouvez à tout moment nous appeler (09 74 75 13 13, appel anonyme et non surtaxé, 7j/7 de 8h à 2h) si cela ne va pas ou si vous avez besoin d'informations, par exemple sur les aides pour arrêter de jouer ou les interdictions de jeu. Nos écoutants sont également disponibles par chat lorsque vous voyez une fenêtre pop-up apparaître sur le site.

Voici un premier conseil, que vous trouverez dans d'autres fils de discussion aussi : un jour après l'autre. Cela veut dire que seul aujourd'hui compte, que vous faites tout pour ne pas jouer aujourd'hui. Demain est un autre jour. Chaque jour sans jouer sera une victoire pour vous.

Cordialement,

le modérateur.

Daca - 25/02/2021 à 17h57

Merci beaucoup pour votre réponse.
On se sent moins seul.

Chloe12 - 26/02/2021 à 09h07

Bonjour et bienvenue Daca!

Très belle initiative, je suis avec toi et suis sûre que d'autres vont se joindre à nous. J'ai arrêté depuis qq tps maintenant (j'avoue j'ai eu une rechute mais j'ai fini par clôturer tous mes comptes dc cela fait un petit tps que je tiens).

Bon courage à nous!

Au plaisir de te lire.

Daca - 26/02/2021 à 10h43

Chloé 12

Aujourd'hui à la place de me tordre l 'estomac, je m' offre le coiffeur.
Et ça me revient moins cher que le casino en ligne.
Je vais me regarder avec moins de dégoût

BONNE journée Chloé.

Profitons de la vie au large de nos écrans.

Gabi - 26/02/2021 à 13h49

Bonjour Daca j'ai arrêté depuis 3 jours et je me sens plus légère aussi.Je pense aussi à aller chez le coiffeur et dépenser de l'argent autrement.Quel plaisir de voir que je peux prendre de l'essence sans angoisser.Je sens parfois une petite envie mais je pense à autre

chose.On se sent tellement mieux sans se réveiller avec la culpabilité et le stress d'être en galère,et des maths intenses pour gérer ça.Faisons nous plaisir d'une belle manière.Jai écris la liste de mes envies (coiffeur,un livre ou autre,faire un cadeau etc) c'est une motivation.Bravo et continuons comme ça!!

Daca - 26/02/2021 à 18h27

Super Gabi...
Ça fait plaisir en fait de tenir, de résister à cette follie.
Ouffff...
Bientôt ça ne sera plus qu'un très mauvais souvenir.

On continue !
Bon week-end rempli de petits plaisirs...

Chloe12 - 26/02/2021 à 21h41

Félicitations Daca, tu te fais plaisir et c'est super! J'espère que tu es bien coiffé(e) 🙂
C'est fou qd on y réfléchi, la place qu'a pris le jeu. Aujourd'hui tu es allé(e) chez le coiffeur, chose quasi banale et finalement cela nous semble si exceptionnel.
Je sais pas si c'est pareil pour vous mais le jeu a changé ma vision de l'argent. Je déposais facilement 100€ sur un casino en ligne mais par contre sortir 50€ pr m'acheter qqchose m'était difficile. Incroyable.

J'espère que vous avez passé une bonne journée, loin du jeu.

Gabi, c'est une très bonne idée d'avoir écrit le liste de tes envies, cela doit être très motivant et encore plus satisfaisant quand tu auras coché qq cases.

CityHunter - 27/02/2021 à 12h56

Bjr à tous,
Je viens de m'inscrire aujourd'hui et suis complètement perdu... j'ai bcp joué aux paris sportifs au point maintenant d'être à découvert.. et ma CB viens d'être bloquée, j'en ai parlé à personne et ne sais pas quoi faire tellement j'en ai honte...

Daca - 01/03/2021 à 21h59

Oui, on a honte.
Et c'est dur de tenir.

Il faut absolument se faire auto exclure de ces sites 'vampires' de nos vies.

---

goldenlady - 02/03/2021 à 13h09

Je suis avec vous

Daca - 02/03/2021 à 15h07

C'est très dur.

Le cerveau est hanté.

Comment faire pour oublier le jeu totalement....????

Gabi - 02/03/2021 à 17h17

TENIR c'est comme pour d'autres addictions,tenir sur la durée pour que ce petit monstre ne soit plus nourri et rapetisse et s'endorme.Tout faire pour ne pas le réveiller ce qui lui redonnerait de la force.Peut être même arrêter pour moi de parcourir souvent ce forum,ou cela se fera tout seul à mesure que je m'éloigne du jeu.L'hypnose aussi peut être une bonne idée,comme pour d'autres compulsions.Chaque jour je décide de ne pas jouer comme d'autres l'ont dit.ça va pour moi pour le moment,après une semaine je me suis récompensée avec un petit plaisir et me suis félicitée.Vous aussi vous pouvez y arriver et nous nous dirons plus tard,"mais comment cela a t il pu prendre tant de place??"cela me paraît déjà loin le jeu,mon rapport au temps et à l'argent change aussi un peu.à suivre,la force est en nous Il faut nous deconditionner!!il n'aura pas le dessus!!C'est qui le chef?? Ne vous faites pas avoir par la petite voix malsaine,c'est zéro a la fin,que je gagne ou que je perde

---

Alexis77124 - 07/03/2021 à 15h37

Bonjour a vous, mon jour j c'est aujourd'hui !! Il faut vraiment que je me sorte de la

---

Alexis77124 - 07/03/2021 à 15h42

C'est drôle comment je ne me sent plus seul d'un seul coup...

Rymazero - 27/03/2021 à 23h10

Bonsoir
Non nous ne sommes pas seul dans ce cas et c'est bien ce soir que je m'en rends compte.

Dans la mouise jusqu'au cou aujourd'hui je vais me battre et ressortir bien plus forte que cette addiction. En tout cas j'y mets toute mes tripes pour y arriver.
Jeudi j'ai rdv chez un psy d'addiction au jeu et je compte bien me battre contre cette satané bestiole qui me ronge de culpabilité et de honte d'avoir pus plonger dans ces eaux troubles et incontrôlables.
Je compte avancer jour après jour et cela fait une semaine que j'annonce mes erreurs à toutes les personnes que j'aime.

Je veux me sentir légère et lavée de mes propres erreurs alors que je sais que le combat va commencer par un long procès

Si tout comme moi vous êtes sur ce forum c'est que vous avez déjà pris conscience et surtout que vous voulez tout autant que moi....
Vous en sortir

Daca - 06/04/2021 à 13h45

Rymazero

Comment s'est passé le RDV chez le psy pour les addictions?

Comment vous a-t-il aidée ?

Depuis un mois que j'essaie d'arrêter, je rechute sans cesse....