© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Forums pour les joueurs

Aide

Par Profil supprimé Posté le 07/06/2021 à 20h50

Bonjour,

Je vous contacte car cela va bientot faire 10 ans que je joue aux paris sportifs en ligne et je suis en train de partir complètement en vrille. Je dépense des sommes absolument folles et j'ai plus aucune économie de coté. Je suis Papa, et j'ai besoin d'un soutien pour savoir comment sortir de cette spirale négative...
Comment avez-vous réussi à vous en sortir de votre coté?
Merci.

Remi

1 réponse

Profil supprimé - 08/06/2021 à 19h58

Salut Remi,

Ecoute j'ai arrêté de jouer il y a un plus de un mois. Je connais ta situation, je vais te donner mon exemple.

La clé de la réussite est de parler de notre problème!

Est ce que tu as une bonne relation avec ta famille?
Est ce que tu as des amis?

De mon coté, j'ai eu un electrochoc, je pensais reussir a m'arreter tout seul, mais c impossible.
Il faut faire les démarches:

- Te faire interdire de jeux par ANJ (demarche par le courrier electronique AR) cela va plus vite et meme si tu te dis ca fait chier tu le fais

- En parler avec tes amis, les amis c bien dans les bons moments, mais surtout dans les mauvais!!!!

-4/ En parler avec une professionnel (la nouvelle loi macron te rembourse des seances), au debut je me suis dit fait chier d'aller voir une psy car j'ai pas de probleme mais si, du coup je vais voir une addictologue. Sinon tu as des centres gratuits mais overbooker

A tres vite je reste dispo sur le chat!

Mais dit toi: "Tu n'es pas le seul"