© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

A l'aide

Par Profil supprimé Postée le 08/12/2022 16:52

> Bonjour, Je suis clairement addicte aux jeux d'argent. Paris sportifs, poker, casino en ligne, pmu... Jai eu auparavant des problèmes financiers mais actuellement rien ne m'empêchant de payer les factures ou autres. Le gros problème est mon comportement. Je vis très mal mon addiction. Je pense qu'à ça et ne profite pas de la belle vie que j'ai (oui oui en relativisant elle est belle). Je voudrai me faire aider et ne sait qui contacter. Il y'a seulement un numéro de tel mais de parler de vive voix n'est pas possible pour le moment. Je joue depuis l' age de 17ans et j'en ai 34. On peut dire addicte depuis plus de 10ans. C'est dur à gérer dans la vie de tous les jours et j'ai un mal fou à me dire que tout doit s'arrêter même si je le sais que c'est mieux pour moi. Bref, qui contacter ? Merci

---

Mise en ligne le 14/12/2022

Bonjour,

A la lecture de votre message, nous comprenons un mal-être en lien avec votre pratique de jeu sur le plan psychique, occupant une place trop importante dans votre vie.

Vous évoquez une difficulté à échanger de vive voix de cette situation et nous souhaitons vous rassurer sur le fait que notre numéro est anonyme d’une part et d'autre part, les écoutants y répondent de façon bienveillante, en dehors de tout jugement, l’idée étant de trouver des pistes ensemble pour vous aider à retrouver le contrôle de votre pratique ou vous en libérer selon ce qui vous semble possible et bon pour vous. Nous sommes également joignables par chat via le lien ci-dessous de 14h à minuit.

Une dépendance n'étant pas le fruit du hasard, il peut être utile de comprendre la place que le jeu a pris dans votre vie, ce que vous en attendez, l'évolution depuis l'origine de celle-ci jusqu'à l'addiction aujourd'hui.

Il est également important de comprendre les mécanismes du jeu et prendre conscience de celui-ci. Nous vous joignons le lien « Tout savoir sur le jeu » qui vous apportera quelques pistes de réflexion supplémentaires.

Si vous souhaitez être aidé par un professionnel spécialisé sur la question de l'addiction au jeu afin de réfléchir de façon plus approfondie, comprendre ce qui vous conduit à jouer de cette façon et vous orienter vers l'arrêt ou une meilleure gestion de cette pratique, il existe des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) qui proposent des consultations confidentielles et gratuites. Il en existe dans tous les départements. Ne disposant d'aucun élément nous permettant de vous orienter, le lien « adresses utiles » vous permettra d'effectuer votre propre recherche.

Par ailleurs, vous n'indiquez pas si vous jouez en réel ou en virtuel et il peut vous être utile de vous informer de la possibilité de vous faire interdire de paris en ligne. Il s'agit d'une démarche personnelle et confidentielle qui entraîne une mesure d'interdiction valable pour une durée de 3 ans non réductible sur tous les sites de jeux en ligne autorisés (voir lien « Interdiction volontaire de jeu » ci-dessous).

Si vous souhaitez une aide pour l'orientation vers un service spécialisé sur l'addiction au jeu, nous ne pouvons que vous inviter à nous contacter, par téléphone de 8h à 2h au 09 74 75 13 13 (appel non surtaxé) en dépassant votre appréhension ou par chat.

Avec tous nos encouragements pour vos démarches,

Bien cordialement

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Joueurs info service
- Interdiction volontaire de jeu
- Tout savoir sur le jeu
- Interdiction de jeu
- Nous contacter par chat