© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Addiction aux jeux de grattages

Par Profil supprimé Postée le 21/12/2022 10:45

> Bonjour à vous tous je suis accros aux jeux de grattages ,sa bouffe la vie et mon couple part à la dérive à cause du jeux, sa fait quelques années que je joue, je n' arrive pas à contrôler mes pulsions aurait il une solution pour sa, j'ai décidé de reprendre ma vie en main j'ai pris l initiative d'aller à la rencontre des bureaux de tabac où j'achète mes jeux pour qu'ils m interdise de me vendre des jeux j'ai honte bonne journée

---

Mise en ligne le 22/12/2022

Bonjour,

Nous comprenons que les pulsions à jouer aux jeux de grattages vous font souffrir et que vous cherchez à mettre en place des solutions pour vous protéger, ce qui est positif dans votre recherche de mieux-être.

La démarche que vous faites auprès des bureaux de tabac peut aller dans ce sens mais pourra peut-être se limiter en fonction du positionnement des commerçants vis à vis de votre demande. Le jeu excessif a souvent une fonction chez une personne qui en souffre et engendre souvent des émotions négatives et des conséquences sur la vie sociale et financière du joueur.

Il est tout à fait possible d'être aidé par des professionnels du champ de l'addictologie à comprendre ce qui fait que vous subissez ce fonctionnement. Ils peuvent vous aider concrètement à essayer de gérer ces pulsions et à les soulager autrement que par le jeu. Dans ce sens, ils peuvent vous donner des outils individuels.

Si cette démarche vous intéresse vous pouvez vous tourner vers des structures nommées Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Les équipes sont généralement composées de médecin addictologue, psychologue, infirmier. Ils connaissent bien les mécanismes de jeux et les difficultés et la souffrance que peut traverser un joueur. L'accueil est individuel, dans un cadre confidentiel et gratuit, sans jugement de la part de ces professionnels.

Vous trouverez en bas de réponse des coordonnées de CSAPA dans la zone géographique que vous nous avez indiqué.

Si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 09 74 75 13 13 (appel non surtaxé et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Joueurs Info Service du lundi au vendredi de 14H à 00H et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Bien cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suiv

---

Association BIZIA : CSAPA - CAARUD

avenue Paul Pras
bâtiment Zabal du centre hospitalier de la Côte Basque
64100 BAYONNE

Tél : 05 59 44 31 00
Site web : bizia.org/
Accueil du public : Lundi, mercredi, jeudi, vendredi 9h/18h Mardi 9h/20h
Substitution : du lundi au vendredi de 10h/13h30 + mardi soir 18h/20h
Service mobile : Sur Biarritz, Hendaye, Saint Palais et Bayonne, une équipe mobile du CAARUD intervient auprès des usagers de drogues
Maraude : Sur Bayonne, Anglet, Hendaye et Biarritz, dans les rues et les squatts

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Se faire aider