© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Comment arrêter et faire le deuil d’une perte consequente

Par Profil supprimé Postée le 18/01/2023 19:50

> J’ai perdu près de 20000e en tout, je n’arrive pas à arrêter les jeux, je me dis que le bon dieu m’aidera a me refaire mais je perd tout le temps, je n’ai jamais de chance. Je suis sous curatelle ce qui me permet de limiter mes pertes mais à chaque fois je me dit que j’arrête et rebelotte je continue. J’ai l’impression d’être droguer au jeux, quand j’ai un peu d’argent, je dépense tout dans le pmu en me disant que je vais me refaire. Mais quand je joue je ne pense pas à mes problème personnel , seul point positif… J’ai besoin d’un soutient Merci Cordialement

---

Mise en ligne le 20/01/2023

Bonjour,

Nous comprenons bien votre désarroi dans cette situation tant l’addiction au jeu peut avoir des conséquences délétères comme vous le constatez.

Vous évoquez un jeu qui vient vous apaiser face à des problèmes personnels. Ce point est important à retenir car en effet, si le jeu vient en réponse à des problèmes, il nous semble qu’agir sur ses problèmes pourraient vous permettre de retrouver un peu de sérénité et d’équilibre ce qui pourrait vous permettre de moins ressentir le besoin de jouer.

Nous vous joignons ci-dessous le lien « quelques éléments clés pour arrêter » dans lequel vous trouverez des pistes. La question du deuil y est abordée, nous vous rejoignons sur la nécessité de faire le deuil des sommes perdues. Le lien « Prendre conscience des mécanismes en jeu" aborde la question du hasard et de « la chance ». Cela pourra vous aider à prendre conscience que tout cela n’est qu’illusion. Le seul moyen de gagner de l’argent est ne plus en perdre, par conséquent de ne plus jouer.

Pour répondre à votre besoin de soutien, nous vous joignons ci-dessous 3 liens de dispositifs proposant des consultations d’aide et de soutien aux personnes en difficulté avec une addiction au jeu. Vous pouvez les contacter librement, les consultations y sont individuelles et gratuites.

Si vous souhaitez davantage d'informations sur ce type de prise en charge, vous pouvez également nous joindre de façon anonyme au 09 74 75 13 13 (appel non surtaxé) ou par tchat via notre site de 14h à minuit la semaine, de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Nous vous encourageons à ne pas rester seul dans cette situation,

Bien cordialement

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact

---

CSAPA L'Espace

25 bis, route d'Egly
91290 ARPAJON

Tél : 01 64 90 62 00
Accueil du public : Lundi de 9h30-18h - Mardi et mercredi de 10h-18h - Jeudi de 10h-13h et de 15h-18h - Vendredi de 9h30- 15h
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous, jeunes consommateurs (moins de 25 ans), être accompagné d'un responsable légal pour les mineurs lors du 1er rendez-vous.
Substitution : Suivi de traitement de substitution aux opiacés avec délivrance sur place : sur rendez-vous.

Voir la fiche détaillée

Association Oppelia Essonne - Csapa Val d'Orge

6, avenue Jules Vallès
91200 ATHIS MONS

Tél : 01 69 38 37 21
Site web : www.oppelia.fr
Accueil du public : Consultation sur rendez-vous : lundi de 9h30 à 12h30 et de 13h à 17h30 - Mardi et Mercredi de 9h30 à 12h30 et de 13h à 18h30 - Jeudi de 13h à 18h30 - Vendredi 9h 12h et deux samedi dans le mois de 9h30-12h00
Consultat° jeunes consommateurs : Sur place et sur rendez-vous, tous les lundis - Consultation également au Pôle Famille (3 rue Condorcet à Juvisy sur/Orge) : tous les mercredis, sur rendez-vous.
Substitution : Suivi et délivrance de traitement de substitution aux opiacés pour les patients suivis.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Prendre conscience des mécanismes en jeu

- Comment arrêter de jouer