© Joueurs Info Service - 13 septembre 2026

Forums pour les joueurs

Les paris sportifs ..

Par Yoyoyo14 Posté le 13/11/2023 à 08h24

Bonjour à tous,

Après avoir parcouru tout le forum en long large et en travers, et oui Soga, Dav, Coccinelle etc j'ai lu tous vos témoignages et je vous souhaite de vous en sortir ! on va y arriver !!

Moi c'est Yohan, 26 ans et habitant Bordeaux.
J'ai commencé les paris sportifs en première au lycée avec quelques euros misés au bureau de tabac .. quelques pertes mais rien de bien grave à ce moment là, malheureusement j'y prends gout notamment après quelques gains d'une centaine d''euros avec des mises à 5 euros.

3 ans plus tard je découvre les paris en ligne, et là .. c'est la que le jeu à pris le dessus ..
En ligne c'est la pire chose, on est tentés de miser tout le temps ..
6 ans après avoir commencé les paris en ligne, je me retrouve sans argent de coté, à 0 euro tous les mois.
Je dois en plus de ça quasiment 15 000 euros qui bien sur pendant toutes ces années sont partis dans les jeux. (malgré quelques gains en ligne, le plus gros était de 5700 euros sur un combiné à 15e, c'est là que j'aurai du arreter).

Je me dis que je vais arreter puis je continue (comme quasi tout le monde sur le forum). C'est dingue comment on peut penser qu'à ça .. mais on peut y arriver.

Il est encore temps de s'en sortir, je ne suis pas en surendettement malgré mes dettes, j'arrive à régler les factures avec du mal .. il m'arrive de miser 150 euros le week end et bégayer pour une sortie à 10 euros avec ma copine .. la honte .. je n'en peux plus mais je continue ..

Je me suis interdit de jeux via l'ANJ, hors j'ouvre d'autres comptes avec l'identité de potes pour jouer .. au final on peut toujours jouer si on le veut,

J'aimerai échanger avec vous, quotidiennement dans un premier temps afin de m'extirper de cette addiction, seul je n'y arrive pas.

7 réponses

Mimi_6 - 14/11/2023 à 01h34

Salut yoyoyo
Je suis comme toi je joue depuis des années je me suis banni de partout et j'ai re ouvert compte wi**nxxaxxxx avec plusieurs amis copine même mon père pour te dire une fois dans ce piège on est foutu il faut avoir une mental de béton pour en sortir .mais il faut t'éloigner de tout les gens qui peuvent te remettre dans le jeux . C'est faisable crois moi j'ai déjà tenu plusieurs moi mais une fois que je reçois les gens qui joue même gratté des gaol ou autre une addiction revient de plus je suis fumeur alors le fait d'aller au tabac je vois toujours ces écran de Pmu keno et compagnie . C'est le piège et il a bien été étudié en tout cas . Je suis en perte depuis vlaa les année et je ne comprends pas et même un restau entre pote je ne connais plus je refuse tout le temp alors que je pourrai payé la note tout les mois limite ça serai mieux que les perte que subi depuis année chaque mois .
En tout cas force si on c'est retrouvé ici c'est pas pour rien même si ça fait un peu Al*** anonyme mais en vrai nous somme peut être même pour mais conscient de notre connerie . Courage et force a bientôt

Yoyoyo14 - 14/11/2023 à 08h36

Hellooo,

C'est exactement ça .. on ferme des comptes mais on en réouvre sous le nom de nos amis/ Famille .. très compliqué de tout couper.
Moi aussi large en perte depuis que je joue malgré des gains à gauche à droite. Oui voilà tout comme toi, je me sens trop con à chaque fois qu'on me propose une sortie je bégaye pour les dépenses alors que j'ai pu miser 150 juste avant ..

Tqt on va s'en sortir, il est encore temps j'y crois.. mais bon facile à dire quand il y a plus rien sur le compte.. et hop dès que la paye arrive je rejoue ..
Si tu veux on peut s'écrire quotidiennement pour se motiver, qui sait ça peut nous aider !
Au moins on est lucides sur notre situation c'est déjà un bon début.
Perso de mon coté j'ai essayé : Clôtures de compte, (je réouvre quand même des comptes), Gamban pour bloquer les jeux d'argents (je désinstalle dès que je veux jouer), en parler à ma copine (je joue en cachette), presque peine perdue .. faut qu'on soit fort mentalement,
Aller courage a nous et profitons de la trêve internationale pour se lancer ou se fixer une limite à respecter pour ne pas que les pertes impactes notre budget.

@+ Compagnon de jeux

John28 - 14/11/2023 à 10h40

Salut les gars.

Je suis dans le même bateau que vous mais j'ai pris une résolution depuis 4 semaines et j'arrive à m'y tenir.
Pas de jeu du lundi au jeudi. Budget de 30/40 euros sur le weekend.

C'est très dur mais au moins on est pas sevré du jour au lendemain !
Et le fait de jouer un peu le weekend ça permet de pas devenir fou, re craquer et avoir mauvaise conscience.

Les 4 jours ou vous ne jouerez plus ca va purifier vos cerveaux du jeu.
Car comme je le dis dans plusieurs posts, nos cerveaux sont malade et il faut les guérir.
Essayez de faire comme moi et ne plus jouer la semaine.
Le but n'est pas de remiser 300 euros dans le weekend mais de se fixer un budget et e s'y tenir.

Et vous allez voir qu'au bout d'un moment votre cerveau ne nous réclamera plus de jouer la semaine.

Depuis je claque plus des tonnes d'argent dans le jeu et je passe moins de temps sur mon téléphone !
C'est une nouvelle vie

Tentez et dites moi si ca fonctionne !

Bon courage à tous !

Yoyoyo14 - 14/11/2023 à 12h41

Salut John,

Bonne idée ! je vais essayer de faire de même Faudra juste résister pour la Ldc et la Carrota League :p
C'est que je me disais également, ne pas tout couper d'un coup c'est mieux, parce que en un seul week end le craquage peut etre présent et là les mises n'en finissent plus.

Je me joins à toi dans cette aventure

En effet le téléphone y est pour beaucoup, si jamais je n'arrive pas à me restreindre j'avais pensé à ne plus avoir de smartphone mais un téléphone de base, ça pourrait grandement aider mais je vais réussir sans aller jusque là je l'espère.

Le pire dans tout ça c'est que même les joueurs de foot parient (Tonali récemment) .. c'est pour dire le fléau, sans compter que chaque année des dizaines de matchs sont truqués (L2 Française également) puis les douilles chaque week end (premier qui se fait tenir par le dernier) ou en fin de saison les relégables qui deviennent imprenables.

Je vais me limiter à 30 euros par semaine, je vous tiendrai au courant

Force et Honneur à nous

Soleflem - 20/11/2023 à 01h36

Salut les gars, salut yoyoyo, dans le même pétrin, j'ai 19 ans, je viens de poster un fil, un peu la même galère, le tabac au lycée avec 5 balles sur un combiné côté à 20, mais bon aujourd'hui c'est 50000€ de perdus environ voir plus, qui n'étaient pas à moi puisque j'ai dû faire une énorme connerie qui m'a rapportée cet argent que j'ai fini par perdre, et que des problèmes (en attente d'un procès).

On se sait, on se fait interdire par l'ANJ, on ferme les comptes, on en réouvre, on va au tabac, y'aura toujours un moyen de parier de toute façon.

Aujourd'hui j'ai été même prêt à vendre les derniers objets qu'il me restaient pour remonter la pente, en vain, djoko a mis un 2-0 à sinner, bref

Fait un mental de béton pour se sortir de la, on peut échanger quotidiennement par des réseaux sociaux ou autre si vous le souhaitez, qu'on se motive, et qu'on y arrive, c'est bien le but, changeons ce train de vie déprimant, on pense qu'aux matchs du lendemain, on vie paris sportifs. C'est fatiguant. Se payer des vêtements, des cafés, (des clopes), et surtout mettre de l'argent de côté, ce qui est très difficile. Et bien c'est ce que j'aimerai, une vie tranquille sans penser à ça, aux dettes, et s'éloigner peu à peu de la vie sociale que l'on a.

Courage.

La bise

Yoyooooooo14 - 20/11/2023 à 12h46

Hello Soleflem,

Oui tu as tout résumé, on se sait exactement.
Bah écoute oui je suis carrément chaud à ce qu'on puisse échanger par des réseaux ou autre pour se motiver, je ne sais pas comment on peut se les échanger, faudrait peut être voir avec un modo.

Faut plus qu'un mental de béton dis toi que ce matin je pensais déjà aux matchs de ce week end, marre de penser qu'à ça, j'ai l('impression de vivre comme un pauvre aha aucun plaisir (fringues, cadeaux etc) tout va dans les paris principalement.

J'en ai 26 et ça a commencé comme toi à ton âge .. il est encore temps de se sortir de ça avant qu'on soit vraiment foutus.. aller force à nous et au plaisir d'échanger avec toi

windows2023 - 20/11/2023 à 14h21

Bonjour,

J'ai arrêté depuis le 1er novembre. Je lis régulièrement les posts et je retrouve toujours les comportements que j'ai eu concernant les paris sportifs.

Après avoir tenté d'arrêter à plusieurs reprises, c'est enfin la première fois que j'ai l'impression d'être passé de l'autre côté : c'est à dire d'avoir un rejet total des sites de paris sportifs.

Je pense que ceux qui viennent témoigner ont déjà fait un bon pas, celui d'avoir conscience qu'il y a un problème. La deuxième étape est d'avoir conscience de la vie que l'on veut mener sans les jeux et analyser notre comportement aux jeux (pourquoi on en est arrivé là).

Pour ma part, je me suis fait interdire sur ANJF (très efficace), je regarde de temps en temps les paris que j'aurais pu faire et je constate les pertes que j'aurai eu et donc je suis content de constater l'argent que j'ai pas perdu.

Il est important aussi de prendre du plaisir à retrouver une vie apaisée car je sais qu'être tous les jours sur la map des jeux, ne permet pas d'être équilibré : on est irritable, on s'isole pour voir les côtes et les résultats, on pense qu'à ça. Même si on gagne, je pense que l'euphorie du moment est en réalité une fausse image de nous et qui dure que quelques minutes avant la prochaine perte.

Il est important de développer une sorte d'amour propre qui nous dit que l'on donnera plus 1€ aux site de paris car au final il est impossible de ressortir gagnants de l'équation. Notre comportement d'addict nous ne permets pas de se limiter donc au final on fini dans le négatif.

Enfin, essayer de développer d'autres habitudes : s'investir plus dans votre travail, faire du sport (de préférence avec des gens), retrouver des anciennes passions...

Bon courage et un jour passé sans jouer est une grande étape.