© Joueurs Info Service - 8 septembre 2026

Vos questions / nos réponses

Peur de rechuter

Par 6699 Postée le 07/08/2024 23:09

> Bonsoir, je viens de m’interdire de jeux après tant de malheur mais j’ai peur de rechuter avec les paris en PMU etc…

Mise en ligne le 12/08/2024

Bonjour,

Nous saluons la démarche d'interdiction de jeux que vous avez engagée et nous sommes sensibles à votre peur de rechuter. Cette conscience que vous avez du risque de craquer avec les paris en PMU ou autres, montre que vous êtes sur le chemin. Vous avez sans doute compris que le jeu n'était plus un jeu et qu'au contraire, il vous faisait vivre plus d'inconvénients que d'avantages.

Vous avez bien fait de mettre en place une interdiction de jeu. La démarche d’interdiction peut vous aider à réduire ou à arrêter votre pratique de jeu en limitant vos possibilités de jouer.

Pour compléter cette interdiction de jeux, et ainsi continuer à éviter les jeux "en réel" (cafés, bureaux de tabac, PMU...), nous vous invitons à vous faire aider par des professionnels en addictologie dans des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Comme vous avez 20 ans, vous pourrez y bénéficier d'une Consultation Jeunes Consommateurs destinées aux jeunes de 12 à 25 ans. Des professionnels bienveillants et non jugeants (médecins, infirmiers, psychologues...) formés spécifiquement à l'addictologie sont disponibles pour vous y accueillir sur rendez-vous. Vous pourrez y être soutenu, écouté de manière à pouvoir avancer vers un mieux-être. Les consultations sont gratuites, confidentielles et se font sur rendez-vous.

Nous vous glissons ci-après 3 adresses de CSAPA au plus proche de votre domicile. N'hésitez pas à contacter ces centres pour des informations et/ou un rendez-vous.

Vous trouverez ci-après un lien vers notre forum de discussions. Vous pourrez le consulter mais aussi, si vous le souhaitez, créer votre propre fil de discussion et ainsi avoir la possibilité d'échanger avec d'autres personnes rencontrant les mêmes préoccupations que vous. Les forums peuvent vous aider à garder votre cap, vous permettre d'avancer grâce à l'échange d'expériences.

Nous vous glissons également 2 articles issus de notre site internet intitulés "quelques éléments pour arrêter de jouer" et "en cas de reprise du jeu".

Si vous souhaitez contacter un de nos écoutants pour échanger plus amplement dans cette période délicate, nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h du matin au 09 74 75 13 13 (appel anonyme et non surtaxé) ainsi que par Chat de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Avec tout notre soutien dans vos démarches,

Bien cordialement,

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

---

Centre des Wads: Le Service En Amont-Site de Metz

2 place des Paraiges
57000 METZ

Tél : 03 87 74 41 58
Site web : www.leswadscmsea.fr
Secrétariat : Du lundi au vendredi 8h30/12h30 et 13h30/16h30.
Accueil du public : Lundi, mardi, jeudi et vendredi 9h à 17h sur rendez-vous.
Consultat° jeunes consommateurs : Mercredi de 14h à 18h sans rendez-vous.

Voir la fiche détaillée

Autres structures :

Centre Edison

5 rue Thomas Edison
57070 METZ

Tél : 03 87 66 41 50
Site web : www.centre-edison.fr
Secrétariat : Lundi 13h30 à 17h30, mardi, mercredi et jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30, le vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.
Accueil du public : sur rendez-vous uniquement.

Voir la fiche détaillée

Centre Médical des Addictions

22 rue de Tivoli
57070 METZ

Tél : 03 87 76 97 32
Site web : www.epsm-metz-jury.fr/addictologie/
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Forums Joueurs info service
- quelques éléments clé pour arrêter de jouer
- en cas de reprise de jeu