© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Aider mon frère

Par didoudidoudidou Postée le 06/11/2025 19:18

> Bonjour, Mon frère est addict aux jeux de paris sportifs. Il perd beaucoup d'argent, j'aimerais l'aider pour qu'il arrête de jouer, mais je ne sais pas comment m'y prendre sans que cela puisse créer des conflits. Merci pour votre aide

---

Mise en ligne le 14/11/2025

Bonjour,

Nous comprenons votre souhait d’aider votre frère.

L’aide apportée à un proche peut être de diverses natures, vous pouvez être à ses côtés, lui proposer votre écoute et votre soutien, l’accompagner dans certaines démarches, l’informer.

Il est important d’évaluer si votre frère reconnait son addiction et s’il est prêt à initier un changement.

En effet, l’entourage peut être soutenant moralement et encourageant pour se faire aider. Mais, il appartient à votre frère de se mobiliser pour mettre en œuvre les démarches nécessaires afin de trouver des solutions.

Favoriser un climat de confiance, et permettre à votre frère de pouvoir précisément vous dire comment vous pouvez l’aider en lui posant clairement la question pourrait vous permettre d’adapter votre action. La crainte de se sentir jugé peut favoriser les conflits, il peut être aidant de se décaler de la problématique du jeu pour le questionner sur son état moral, s’il a des difficultés particulières en ce moment dans sa vie.

Concernant sa pratique, il peut être difficile d’aider quelqu’un sans savoir comment lui-mêmevoit la situation et comment il envisage la suite. Etre à l’écoute de cela lui offre la possibilité d’une prise de conscience et peut-être l’envie d’entreprendre des démarches pour agir.

Il est possible de mettre en place des interdictions de jeux (demande d’interdiction volontaire) qui peuvent permettre de limiter la pratique s’il s’agit de jeux en ligne. Ce sont des mesures de protections pour les

joueurs mais qui ne peuvent être qu'à l'initiative de votre frère, vous ne pouvez pas faire ce type de demande pour lui. Ces demandes se font sur le site de l'Autorité Nationale des Jeux (ANJ), nous vous glissons le lien du site en bas de ce message.

De plus, il est possible de se tourner vers des professionnels de santé en addictologie qui peuvent accompagner spécifiquement les joueurs en difficulté. Des consultations ont lieu dans des CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie), dans lesquels médecin addictologue, psychologue, infirmier, travailleurs sociaux peuvent accueillir les personnes qui en font la demande sur rendez-vous, de manière confidentielle et non-payante.

Les mesures de protection et les prises en charge en CSAPA nous semblent être des informations que vous pouvez apporter à votre frère s'il n'en a pas connaissance.

Si vous, ou votre frère, ressentez le besoin d'échanger autour de votre situation ou avez besoin d'une orientation plus précise pour un centre dans votre département, vous pouvez contacter nos écoutants par téléphone au 09 74 75 13 13 (appel anonyme et non surtaxé) tous les jours de 8h à 2h. Egalement par tchat via notre site Joueurs Info Service de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Autorité Nationale des Jeux