© Joueurs Info Service - 13 septembre 2026

Forums pour les joueurs

Un nouveau départ

Par UneNouvelleVie Posté le 10/01/2026 à 01h33

Bonjour à toutes et a tous,

Pour me présenter j'ai 38 ans, je suis travailleur indépendant.
J'ai mis du temps à réfléchir à comment écrire mon message alors j'ai commencé par faire le tour du forum afin de vous lire un peu tous.
Grâce a cela aujourd'hui je me rend compte que je ne suis pas seul dans cette histoire (malheureusement) car ce sentiment de solitude comme si vous étiez le seul a faire ce genre de chose était bien présent.

Je joue en ligne depuis plus de 3 ans, sur les casinos cryptos. Au début, je suivais juste quelques streamers, je déposais pour m'amuser je ne voyais rien de grave mais je n'ai pas vu la suite arriver.
Bien rapidement mes dépôts ont été de plus en plus fréquents, je me disais que j'allais regagner mes pertes (en regardant derrière moi je me demande si c'était vraiment ce que je me disais ou si c'était simplement me mentir à moi même car c'était ce coup d'adrénaline de gagner que je cherchais mais comme tout le monde le sait c'était plutôt 90% de mal-être car c'est quasiment que perdre)
Il y a même des cessions sur lesquels je gagnais, et pourtant je continuais de jouer et je perdais tout, et le matin en me réveillant, je ne sais pas comment expliquer, je me demandais si j'avais rêvé ou si c'était vrai, sensation vraiment étrange.

Je me suis banni a vie des casinos, j'ai supprimé mon compte coinbase, etc.. j'ai eu le déclic fin de cette année, et j'ai en parallèle eu le courage d'en parler à ma famille, qui m'ont très bien soutenu, j'ai mis deux jours entre mon bannissement et en parler avec eux, durant ces deux jours je me sentais vraiment mal et isolé, et enfin quand j'ai réussi a leur parler c'est comme si tout cette solitude commencer a disparaitre, surtout qu'ils ont très bien réagit, et m'ont fait reprendre confiance en moi, et ils m'ont expliqué que l'important est d'avoir compris par moi même que j'étais addict et que je voulais m'en sortir, et ce genre de prise de conscience faite seul est un signe de guérison.

Je suis bel et bien déterminé aujourd'hui a ne plus jamais y toucher, je veux reprendre ma vie en main, et avancer. Me servir de cette erreur comme une force et peut être par la suite pouvoir aider ceux qui en ont besoin aussi, car même si nos entourage comprennent et nous soutiennes, je pense que seul une personne ayant subit une addiction peut entièrement comprendre.

J'ai utilisé ce mot souvent dans mon texte, mais le réel problème est la solitude, ce sentiment d'être seul au monde dans nos problèmes, ou simplement seul quand on a personne a qui parler a certains moment etc...
J'aimerai savoir s'il existe des groupes WhatsApp bien gérer afin de parler entre nous ? par exemple dans les moments les plus difficiles comme la nuit en insomnie, juste pouvoir discuter de tout et de rien et se soutenir entre nous.

Aujourd'hui a chaque "crises" je ne sais pas si c'est comme cela que l'on doit appeler, j'épargne l'argent que j'aurai joué, comme si je l'avais déposé, mais cette fois sans la perdre.

Etant travailleur indépendant, je ne sortais quasiment plus, maintenant je reprends l'air, je me suis mis en place des habitudes, comme par exemple (ça fait beaucoup d'exemples désolé) je suis fumeur, avant je fumais constamment dans la maison, maintenant je descend pour fumer à la fenêtre ou dehors, ce qui limite grandement ma consommation de tabac en plus du reste !

J'ai aussi envie de me sentir utile, et de me focaliser encore plus sur mon entreprise, que tout cela soit comme mon titre un "nouveau départ" ! et j'en suis bien déterminé !

Merci d'avoir pris le temps de me lire !
Je vais poster sur différent forum lié aux addictions , afin d'essayer de trouver s'il existe des fils de discussions live comme je l'ai dit.

3 réponses

Remynord - 13/01/2026 à 19h31

Bonsoir à tous !

Félicitation si tu cas su t'arreter, chose qui n'est pas facile.

Je suis dans le cas de beaucoup de monde, un vrai addict au Paris sportif ! Au point de jouer l'argent que je n'ai pas. On pense toujours pouvoir se refaire puis ensuite on culpabilise. On se rend compte que l'on a tout perdu en plus de s être mis dans une galère pour payer des factures.

Il y a déjà une paire d'année que je joue, quand jai commence, j'allais au point de vente FDJ ! Puis plus tard j'ai commencé à m'inscrire sur divers site ! Je jouais de plus en plus sans m'en apercevoir réellement ! Puis un jour la Banque à voulu me mette dehors car mon compte n'étais plus enn positif à temps, malgré tout ils m'ont gardé car à une rentre d'argent inattendu, et aussi car j'étais bon client depuis pas mal d'année. J'ai eu affaire a un conseiller qui m'avait prévenu de ses virement vers les sites et qu'ils ne gardaient pas ses gens la. Malgré tout ça j'ai commencé à rejouer en achetant des paysafecard !
Ensuite m'est arrivé à faire de multiple crédit à la conso pour pouvoir jouer, mais c'était aussi surtout pour faire des regroupement et de demander une trésorerie afin de comble mon manque pour les facture et pour aussi jouer.. On pense toujours qu'on peut pas tomber plus bas i's janvier 2025 , au bout de 8 jours j'avais liquide toute ma paie et ma prime, environ 3000e , j'ai du demande à delargent à mes pzrents en leur disant que j'allais arrêter tout cela, Ah oui j'avais oublié que 4 mois auparavant j'avais déjà demandé 800e à mon frère le temps que mon crédit soit accordé,, argent que j'ai rendu dans le mois direct, concernant mes parents javais à peine rembourse 300e
Début mai, rebelote, au bout de 3 jours 2000e de perdu, soit ma paie. Mi mai je redemande à mon frère 1800e , chose qu il devait réfléchir car il s'inquièter pour moi, il en à donc parler à mes parents dans mon, dos, et il ne voulait pas s'engager à me prêter autant tout seul du coup il a fait 900 et mes parents 900.
Je devais rembourser mon frère avec ma prime de juillet, chose que je n'ai pas faites pour divers raison,
On est janvier, sur les 2000e à mes parent jen ai remboursé 1000 et zéro à mon frère., je devais lui rembourser au début du mois avec ma prime et mon demi 13eme mois, j'ai eu 4800e et je n'ai rien rembourser, j'ai jouer + de 2500e , payer mon loyer en retard du mois dernier et mon loyer de ce mois ci en plus d'autres facture mais tout n'est pas régler.

Je ne sais vraiment pas jusqu ou la descente va continuer.. J'ai su m'arreter, du moins moins jouer l'Ete dernier car on m'avait retire ma carte bleu mais depuis qu'on me la rendu en septembre pour b aprtir en vacances, c'est de pire en pire. Le retrait de ma C-B n'est qu'une infime solution, car quand je ne l'avais pas, pour le peu que je gagnais en liquide, jallais le jouer..

Quand je n'ai plus d'argent, il est tellement plus simple de ne plus penser à ses jeu, par contre des que de l argent arrive entre les mains, ça me brûle !

UneNouvelleVie - 04/03/2026 à 14h45

Bonjour ici,

Je viens d'atteindre mes deux mois sans jouer. Il y a vraiment des moments difficiles surtout en période de stress ou de grosse solitude mais j'arrive à gérer. J'avais essayé des applications pour me sociabiliser un peu et pouvoir parler avec quelques personnes mais malheureusement il y a plus d'anarque de bon, donc idée à oublier.
Je n'ai jamais joué l'argent que je n'avais pas, j'ai toujours eu peur de me retrouver dans le rouge, ou endetté, je pense que c'est ça qui m'a pas fait totalement plonger et heureusement.
Mais malheureusement il n'y a pas de formule miracle, on aura toujours ce sentiment de pulsion, mais il faudra apprendre a le contrôler, et se poser les bonnes questions sur le moment.
Je pense que dans ton cas Remy, il faudrait que tu contact le service de jouer info service, ils vont pouvoir te guider et peut être t'aider a faire un suivi pour essayer de contrôler ton addiction. Il faut te dire que tu pourras pas t'en sortir seul, personne ne peut je pense. Et heureusement que ce genre de forum existe, cela permet d'extérioriser à certains moment des choses que l'on aurai peut être du mal a dire à quelqu'un de notre famille ou ami (même s'ils sont au courant c'est difficile de comprendre une addiction quand on ne l'a vie pas)

Donc voilà en résumé 2 mois sans jeu pour le moment, j'en suis tellement fière alors que le chemin est encore long !

Redemption_ensemble - 07/03/2026 à 20h25

Bonjour à tous,
Il n'est jamais simple d'arrêter de jouer mais le fait de s'auto exclure est déjà un énorme pas.
En effet même quand vous avez une tentation, il ne vous reste plus grande possibilité pour parier: soit se déplacer en point de vente mais donc perdre du temps et se déplacer, soit aller sur des sites étrangers ou les risques sont bien plus élevés de se faire arnaquer.
Et puis, petit a petit, on reprend de nouvelles habitudes et on sent que finalement on revit différemment.
Le chemin reste long mais il est possible.
Bon courage a tous