© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026


Vos questions / nos réponses

# Arreter de jouer

Par Adrien46 Postée le 30/12/2025 13:22

> Bonjour je suis addicte au jeu et je voudrais de l'aide pour arreter

---

**Mise en ligne le 12/01/2026**

Bonjour,

Nous comprenons un problème lié au jeu et nous entendons votre besoin d'aide.

Il est important de savoir qu’une addiction au jeu s'installe rarement par le fruit du hasard. Entre la pratique ludique et la perte de contrôle, il est intéressant de tenter de comprendre la place que ce jeu est venu prendre dans votre vie, ce qu'il vous apporte, à quels besoins, quels manques il vient répondre,…

Si vous souhaitez être aidé par un professionnel spécialisé sur la question de l'addiction au jeu afin de réfléchir de façon plus approfondie, comprendre ce qui vous conduit à jouer de cette façon et vous orienter vers un arrêt ou une meilleure gestion de cette pratique, il existe des dispositifs de soins d’accompagnement et de prévention en Addictologie qui proposent des consultations confidentielles et gratuites. Les prises en charge n'étant pas sectorisées, il vous est possible de vous contacter le dispositif de Brive ou de Gourdon selon vos commodités. Nous vous joignons les liens ci-dessous.

Il est également important de comprendre les mécanismes du jeu afin de tenter de reprendre le contrôle de votre consommation. Nous vous joignons un lien ci-dessous qui vous apportera quelques pistes de réflexion supplémentaires.

Vous n'indiquez pas si vous jouez en réel ou en virtuel et il nous semble important de vous informer de la possibilité de vous faire interdire de paris en ligne. Il s’agit d’une démarche personnelle et confidentielle qui entraîne une mesure d’interdiction valable pour une durée de 3 ans non réductible sur tous les sites de jeux en ligne autorisés (voir lien ci-dessous).

Si vous le souhaitez, vous pouvez également nous joindre tous les jours de façon anonyme de 8h à 2h au 09 74 75  13 13 (appel non surtaxé) ou de 14h à minuit par chat via notre site en semaine, de 14h à 20h les samedi et dimanche.

Bien cordialement

---

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

---

## CSAPA Association Addictions France - Antenne de Gourdon

avenue Cavaignac
La maison des aidants
**46300 GOURDON**

**Tél :** 05 65 53 25 61
**Site web :** addictions-france.org
**Accueil du public :** Sur rendez-vous
**Secrétariat :** Lundi et Mardi 9h/17h30, mercredi 9h30/19h, Jeudi 13h30/19h (jeudi matin réunion d'équipe), vendredi ouvert uniquement un matin sur deux et l'après-midi 13h30/16h

Voir la fiche détaillée

## CSAPA Association Addictions France 19

11 Boulevard Voltaire
**19100 BRIVE LA GAILLARDE**

**Tél :** 05 55 74 04 45
**Site web :** urls.fr/0VAdS9
**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 9h-12h et de 13h30-17h
**Accueil du public :** Du lundi au vendredi de 9h à 17h.

Voir la fiche détaillée

**En savoir plus :**

- Le jeu et vous
- Se faire interdire de jeu
- Se faire aider