© Joueurs Info Service - 9 septembre 2026

Vos questions / nos réponses

Addition depuis 4 ans au casino joa de Besançon

Par Rosy Postée le 10/03/2026 11:18

> Bonjour, j’ai commencé il y a 4 ans à aller un ou deux wk par mois pendant 8 mois par plaisir à dépenser 50 à 80 euros avec mon époux on y passait 5h pour gagner 30 à 50 euro et quand nous avons vu les techniques des gros joueurs nous avons commencé à jouer plus gros arrivé décembre 2023 suite à un arrêt maladie nous sommes aller et nous avions gagné 400 euros du coup nous sommes retournés le lendemain idem 450 euros de gains cela a durée 4 jours donc on c’est dit whaou gagner 1700 euros en quatre jours c’est génial mais malheureusement le 5 eme jour puis 6 eme jours et 7 eme jour nous avions tous perdu et commencer à être en découvert après cela nous avions débloqué nos PEL malgré tout nous avions continué à aggraver la situation nous avons dû casser notre assurance vie et tous y passait et quand nous n’avions plus rien on a fait des prêts en ligne car notre banque savait que nous étions des joueurs compulsifs du coup à ce jours on doit rembourser 700 euros de crédit par mois pendant 3 ans à 5 organisme de crédit j’ai voulu me bloquer en août 2025 et mon époux a refusé en disant on est assez grand et adulte pour se limiter mais malheureusement par moments en y retournant on arrive à être raisonnable et laisser les carte bancaire et parfois on oublie de les laisser et c’est là que cela dégénère on a encore perdu hier 2200 euros on a atteint le plafond du découvert on ne peux plus rien faire avant la fin du mois j’ai du demander à ma fille de nous prêter 300 euros pour tenir 15 jours je suis en stress et pleure régulièrement j’en rêve la nuit tellement je suis mal et je souhaite me sortir de cette addiction de cette souffrance au quotidien à mentir à mes enfants car le bilan est au moins 70000 euros de perdu en 4 ans pour finir en etat de stresse alors qu’en réfléchissant j’aurais pu m’acheter une nouvelle voiture et partir en vacances … bref c’est un sos que je lance pour m’aider à passer ce cap

---

Mise en ligne le 11/03/2026

Bonjour,

Il est positif que vous vous tourniez vers un service d’aide à distance pour trouver des solutions.

Vous décrivez bien le processus d’addiction aux jeux de casino dans lequel votre couple est entré. Également, de la difficulté lorsqu’un membre du couple décide d’un changement et que l’autre n’en est pas encore là.

Pour autant, il nous semble que vous pourriez faire une demande d’interdiction volontaire de jeux pour vous-même. Cela est possible via le site de l’Autorité Nationale des Jeux (ANJ). Il vous est aussi possible

d'avoir recours à l'auto-exclusion auprès de l’établissement dans lequel vous avez vos habitudes. Peut-être que la perspective de ne plus accompagner votre mari, pourrait à terme, avoir une incidence sur sa pratique.

Ces deux outils sont différents. L’interdiction volontaire de jeux permet une inscription sur les fichiers des casinos de tout le territoire national et des opérateurs de jeux en ligne. Cette interdiction est valable 3 ans incompressibles. A l’issue de ces 3 années, sans démarche de votre part, l’interdiction est reconduite tacitement d’année en année.

L’auto-exclusion est une demande à faire auprès de l’établissement de votre choix, elle est nominative tout comme pour l’ANJ, elle ne concerne que vous.

Réfléchissez à ces opportunités, car elles peuvent être bien utiles lorsqu’on prend conscience qu’on perd le contrôle d’une pratique addictive.

Nous vous transmettons en bas de page, quelques liens utiles pour plus d’informations sur ces dispositifs et un lien vers le site de l’ANJ.

Par ailleurs, vous témoignez d’une grande détresse et d’un haut niveau de stress qui mériteraient un réel soutien.

Bien que pour le moment, vous êtes seule à réagir et à éprouver le besoin de partager ce que vous ressentez. Il nous parait essentiel que vous ne restiez pas isolée avec toutes ces angoisses et que l’on vous soutienne psychologiquement, dans votre volonté de changement. Même si vous ne vous sentez pas soutenue par votre mari, il est probable qu’en vous positionnant différemment, cela l’oblige à reconsidérer certains aspects de son fonctionnement.

Sachez que si vous le souhaitez, vous pouvez évoquer cela avec des professionnels en addictologie. Des consultations individuelles, confidentielles et gratuites sont proposées dans des Centres de Soins d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Médecin addictologue, psychologue, infirmier accompagnent toute personne désireuse de gérer, réduire ou arrêter une pratique addictive. Il existe par ailleurs certains CSAPA qui disposent au sein de leur équipe, d’un binôme de professionnels (psychologue/travailleur social). Ce binôme intervient spécifiquement sur la question du jeu pathologique et des conséquences. Il s’agit d’une approche globale qui se décline au travers de rendez-vous réguliers, autant de temps que nécessaire.

Si cette alternative vous intéresse, nous vous transmettons en bas de page les coordonnées d’un CSAPA proche de votre ville. Nous vous encourageons à les contacter par téléphone pour obtenir un rendez-vous.

Enfin, si vous vous sentez isolée, vous pouvez aussi vous appuyer sur notre forum de discussions. D’autres internautes qui connaissent une situation commune à la vôtre s’entraident et se soutiennent. Cet outil peut vous permettre d’entrevoir des solutions et reprendre espoir. Nous vous glissons un lien en bas de page pour y accéder.

En attendant, si vous ressentez le besoin d’échanger autour de votre situation, nos écoutants sont disponibles par téléphone au 09 74 75 13 13 (appel anonyme et non surtaxé) 7j/7 de 8h à 2h. Vous pouvez aussi disposer du tchat via notre site internet, de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

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

---

CSAPA de Belfort - Le Relais Equinoxe

6 rue du Rhône
Centre Sud Affaires
90000 BELFORT

Tél : 03 84 21 76 02
Site web : urlz.fr/qsyP
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h
Substitution : Du lundi au vendredi de 9h à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : De préférence le mercredi de 14h à 17h

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Autorité nationale des jeux (ANJ)
- Les auto-exclusions
- L'interdiction volontaire de jeux