

Forums pour les joueurs

# Paris sportifs , crypto = supprimer twitter m'a aidé

Par Crypto\_desastre Posté le 17/04/2026 à 06h08

X alias Twitter est responsable en partie de mon addiction, qui à débuté en 2021.

À savoir de toujours suivre les comptes de Trader , les informations à la minute concernant les matchs, les dernières nouvelles , cette peur constante de manquer un événement.

Si vous avez des problèmes d'addiction, faites une cure des réseaux sociaux.

Instagram, Twitter, tiktok, sont des plateformes nocives pour la santé mentale, leurs algorithmes favorisent les comportements addictifs.

Si j'ai réussi à combattre cette merde , vous aussi vous pouvez le faire !!!

curatelle+ suppression des réseaux toxiques.

Aujourd'hui je revis , je me suis levé à 6h00 du matin pour faire un footing,  
Jus d'orange.

J'ai également retrouvé une libido d'enfer.