Vos questions / nos réponses

casino en ligne pars crypto

Par Amoxe Postée le 25/05/2026 20:42

> Bonjour, j'ai 20 ans et depuis mes 18 ans je joue aux jeux d'argent de tous types, casino physique/casino en ligne/plateforme de paris, etc. Au début je gagnais de l'argent, assez pour me faire plaisir, puis je suis tombé sévèrement dans l'addiction et la facilité du casino en ligne. Après des calculs et en regardant l'historique de mes comptes, j'ai perdu 5000 € au total. Peut-être pas une grosse somme, mais beaucoup trop pour moi. J'aimerais savoir comment m'en sortir svp, encore ce soir j'ai perdu plus de 300 euros.

Mise en ligne le 26/05/2026

Bonjour,

Nous sommes sensibles à ce que vous traversez. Vous avez bien fait de solliciter notre équipe afin d'y voir plus clair.

Nous tenons déjà à saluer votre prise de conscience. C'est une étape cruciale dans le processus de détachement des jeux. Vous pouvez être fier de vous, même si vous n'arrivez pas encore à arrêter totalement. Dans le cadre d'une conduite addictive, il ne suffit pas de "vouloir" pour "pouvoir" arrêter. Mais c'est le début.

Les paris sportifs et le casino font partie des jeux d'argent et de hasard les plus addictifs. Les opérateurs de jeux sont déploient de nombreuses stratégies pour vous faire jouer - et perdre.

Vous pouvez tout d'abord essayer de mettre des barrières avec les jeux (en recourant à l'Interdiction Volontaire de Jeux, aux prodédures d'auto-exclusion, ou même avec certaines applications de blocage des jeux, par exemple). En parallèle, essayez de changer vos habitudes (avec le smartphone, les lieux fréquentés, certains amis...).

Il est recommandé de s'occuper un maximum, de retourner vers des activités qui vous plaisaient ou d'en commencer d'autres. Le fait d'en parler avec des proches de confiance peut vous permettre de vous sentir moins isolé avec vos difficultés.

Il est possible d'être accompagné par des professionnels afin d'être soutenu sur du moyen ou long terme. L'idée est d'avoir des conseils pour se détacher du jeu, accueillir les émotions que cela génère, apprendre à faire face à l'ennui ou aux tentations...

En fin de réponse vous pourrez retrouver les coordonnées d'un centre de soins spécialisés dans les conduites addictives, situé à Vannes. Un membre de l'équipe de ce centre propose également des consultations à la Maison des Ados, si vous préférez. Dans les deux cas, c'est gratuit et confidentiel.

Nous glissons également en bas de page différents articles qui expliquent les mécanismes de l'addiction ainsi que des conseils pour arrêter de jouer. Nous ajoutons enfin le lien vers SOS Joueurs, un service un peu similaire au nôtre mais qui propose des accompagnements par téléphone ainsi qu'un programme à distance (SELF).

Nous espérons avoir pu vous apporter des éléments de réponse. N'hésitez pas à revenir vers notre service pour discuter davantage de ce que vous traversez. Notre ligne d'écoute est ouverte tous les jours sans exception: par téléphone entre 8h et 2h (au 09 75 74 13 13, appel anonyme et non surtaxé), et par tchat entre 14h et minuit en semaine, et 14h et 20h le week-end.

Nous vous envoyons tous nos encouragements pour la suite.

Bien cordialement.

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

---

CSAPA Douar Nevez à Vannes

6 rue du Capitaine Jude
56000 VANNES

Tél : 02 97 01 34 18
Site web : www.douarnevez.com
Accueil du public : Sur rendez-vous : Lundi : 8h45 - 17h30, Mardi : 8h45 -13h45 /17h à 18h30, Mercredi de 8h45 à 15h30, Jeudi : 8h45 - 18h00, Vendredi : 8h45-15h30.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur place et sur rendez vous. Autres consultations : à la Maison des Adolescents, tous les mercredis de 10h à 16h, sur rendez-vous - A la Mission locale, tous les lundis après-midi (prise de rendez-vous au 02 97 01 65 40).
Substitution : Délivrance de traitement de substitution pour les usagers suivis tous les jours de 9h30 à 12h00
Centre : Consultation avancée à Sarzeau, assurée par un infirmier tous les vendredis et à Ambon, tous les jeudis, prise de rendez-vous au secrétariat du Csapa.

Voir la fiche détaillée

Maison des adolescents du Morbihan - Site de Vannes

24 rue Pierre Ache
Résidence Ste Anne
56000 VANNES

Tél : 02 97 01 33 21
Site web : www.epsm-morbihan.fr
Secrétariat : Du lundi au vendredi : 9h-17h
Consultat° jeunes consommateurs : Consultation dédiée aux jeunes de 12 à 25 ans, assurée par une infirmière spécialisée en addictologie : les mercredis sur rendez-vous
Centre : Antenne Maison des Adolescents à Ploërmel (rue du Val) tous les mercredis : sur rendez-vous par téléphone.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Quelques éléments pour arrêter
- Interdiction et auto-exclusions
- Se faire aider

Autres liens :

- Addict'Aide - les mécanismes en jeu
- SOS Joueurs