© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Comment se faire aider

Par Lolo135 Postée le 11/06/2026 17:18

> Étant un grand addict du poker et des paris sportifs j’en suis venu à cacher cela à ma femme pendant des année en minimisant à chaque fois la responsabilité, hier je lui en es parler j’ai mis des mots sur cette ADDICTION et que je voulais réellement me faire aider j’en es marre moi même de courir apres l’argent et comme elle me dis nous n’avons jamais été riche pourquoi tu cherches à gagner de l’argent comme ça tout le temps et je n’ai pas la réponse dès qu’on aborde ce sujet la honte et le dégoût de moi même me viens à l’idée et cela me fais comme si mon cerveau se bloquais , depuis la paye je n’ai pas jouer une seule fois , et je souhaiterais me faire aider pour retirer cette addiction , quelques temps /mois avant j’avais également l’addiction de la drogue, le shit que j’ai réussi à arrêter et cela ne me manque pas du tout au contraire je n’en es plus du tout l’envie et j’aimerais en faire autant avec cette addiction au jeux comment faire si vous avez des idée je suis preneur

---

Mise en ligne le 16/06/2026

Bonjour,

Nous vous prions de nous excuser pour le delais de notre réponse.

Nous comprenons votre inquiétude et souhait de sortir de votre addiction aux jeux.

Vous êtes à une étape importante de votre addiction. Celle où vous reconnaissez l’importance de votre perte de contrôle et qui vous amène à chercher ce qui peut vous aider.

Il est possible de demander une interdiction de jeux d'argent au niveau national qui s'applique durant un mimium de 3 ans aux sites de jeux en ligne et aux casinos en France. Cette demande peut se faire depuis le site de l'ANJ, l'Autorité Nationale des Jeux. Nous vous mettons le lien de ce site ci-dessous.

La mise en place de cette interdiction peut vous aider à réduire vos dépenses en ligne mais n'est souvent pas suffisant pour sortir des pertes de contrôles du jeu ou d'autres formes d'addiction.

Il existe, de plus, des centres de soins en addictologie qui proposent des consultations de médecins addictologues, de psychologues et travailleurs sociaux.

Ces consultations sont proposées gratuitement, individuellement et confidentiellement.

Le psychologue vous permettrait de mieux comprendre ce qui déclenche l'envie de jouer et comment y répondre autrement afin de vous libérer de ces pertes de contrôles.

Le travailleur social peut vous aider à reconstruire votre budget et peut vous accompagner concernant les questions bancaires pour faire face à vos éventuels crédits ou dettes. Un médecin peut évaluer avec vous si un traitement peut vous aider.

L'addiction trouve souvent une cause psychologique. Un malaise ou des angoisses par exemple.L'addiction devient alors un soutien face à ces angoisses malgré le fait qu'elle génère des effets négatifs et du stress également.

Nous pouvons supposer que vos deux addictions sont reliées par un certain mal-être.

Même si vous ne consommez plus de cannabis, il serait intéressant de parler de votre arrêt récent du cannabis si vous rencontrez les professionnels de ces centres.

Nous vous proposons deux adresses de ces centres proches de chez vous. Le CSAPA association addiction France a une équipe qui est davantage organisée pour le suivi des joueurs pathologiques.

Vous avez également la possibilité de contacter directement nos écoutants qui pourraient vous proposer une écoute, un soutien et des conseils. Cela vous permettrait par exemple de faire un point plus précis de votre situation et des aides adaptées à votre situation.

Nous sommes joignables de 8h à 2h, 7j/7j au 09 74 75 13 13. L'appel est anonyme et non surtaxé.

Nous répondons également par tchat depuis notre site de 14h à minuit en semaine et de 14h à 20h le week-end et les jours fériés.

Bien cordialement

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

---

CSAPA Alt10

49 boulevard du 14 juillet
10000 TROYES

Tél : 03 25 80 56 01
Site web : www.oppelia.fr/structure/alt/
Accueil du public : Lundi de 14h à 18h, mardi de 9h15 à 18h, mercredi de 9h15 à 13h et de 14h à 18h, jeudi et vendredi de 9h15 à 12h30 et de 14h à 18h, 1er et 3ème samedi du mois de 9h15 à 12h30.
Consultat° jeunes consommateurs : Accueil assuré par un psychologue et un infirmer, le mercredi de 14h à 18h, possibilité de rendez-vous du lundi au vendredi ou dans des lieux partenaires (maison des ados...)

Voir la fiche détaillée

CSAPA Association Addictions France

2, place Casimir Périer
Immeuble Casimir Périer
10000 TROYES

Tél : 03 25 49 44 44
Site web : www.addictions-france.fr
Secrétariat : Sur rendez-vous. Du lundi au mercredi de 9h à 12h et de 14h à 18h30, le jeudi jusqu'à 18h et le vendredi 9h à 12h et 12h45 à 17h, hormis le 4è mercredi après-midi de chaque mois (fermeture)
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous. Du lundi au mercredi de 9h à 12h et de 14h à 18h30, le jeudi jusqu'à 18h et le vendredi 9h à 12h et 12h45 à 17h, hormis le 4è mercredi après-midi de chaque mois (fermeture)

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Autorité nationale des jeux (ANJ)