© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Reduire ma dépendance/table ronde sur paris

Par Profil supprimé Postée le 24/03/2018 15:30

> Bonjour,
>
> J'ai bientôt 25 ans, un travail relativement bien payé. Mais j'ai surtout une grosse addiction aux paris sportif.
>
> J'ai environ 400e net pour vivre par mois apres paiement du loyer, transport, emprunt pour mes etudes etc.
>
> Seulement sur les 400e j'en dépense au moins 500e par mois en paris.
>
> Tous mes amis partent en vacances, ce font plaisir, etc
>
> Moi j'invente des excuses pour ne pas aller boire un verre, aller au resto pour parier cet argent dans les paris.
>
> Je suis maintenant en mauvaise situation financiere car je commence chaque mois en negatif. Je demande régulièrement de l'argent a ma famille, pour soit disant payé un voyage, des vêtements mais je les perds a la place
>
> Apres avoir lu pas mal d'articles sur internet, je pense que participer à des tables rondes pourrait me permettre de reduire petit a petit cette addiction. Car j'ai beaucoup trop honte de parler de se problème à mes proches
>
> Connaissez vous une table ronde sur paris ?
> Ou des conseils pour reduire ce problème
>
> Merci d'avance
> Olivier

Mise en ligne le 26/03/2018

Bonjour,

Vous jouez de façon excessive aux paris sportifs. Cela a entraîné des difficultés financières mais également des conséquences sur votre qualité de vie et dans votre rapport aux autres. Vous avez entendu parlé de

« tables rondes » permettant de réduire l'addiction aux jeux. Vous nous demandez ainsi de vous fournir des coordonnées mais également de vous conseiller par rapport à votre dépendance.

Les tables rondes sont des interventions de professionnels de la santé autour d'un sujet et ouvertes au grand public. Elles s'ouvrent sur un échange voire un débat autour des questions abordées.

Nous n'avons malheureusement pas à ce jour d'informations sur les dates et lieux de ces tables rondes.

Toutefois, nous pouvons vous orienter vers un CSAPA (Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) à Paris qui pourra certainement mieux vous informer sur le sujet, ce dernier étant acteur de l'animation de ces activités. Vous trouverez ses coordonnées ci-dessous.

Si vous le souhaitez, sachez également que cette structure peut vous recevoir afin de faire avec vous le point sur votre dépendance et d'envisager avec vous un suivi visant à vous aider au mieux dans vos difficultés. Les consultations y sont confidentielles et gratuites et assurées par une équipe de professionnels de santé spécialisés (médecins, psychiatres, psychologues, assistante sociale, …). Il nous semble en effet important que vous parveniez à comprendre ce qui vous a rendu si dépendant aux paris sportifs. Le fait de parler de votre addiction peut également vous aider à dépasser votre sentiment de honte et vous permettre ainsi de vous déculpabiliser. Vous êtes jeune et il nous parait nécessaire que vous ne restiez pas seul face à ce problème qui vous met en souffrance.

Dans l'attente d'une prise de contact, vous trouverez quelques conseils afin de réduire les conséquences liées à votre pratique de jeux sur notre site internet www.joueurs-info-service.fr via la rubrique « le jeu et vous ; reprendre le contrôle, comment arrêter de jouer ».

Aussi, pour un échange plus approfondi ou pour toutes autres questions, sachez que nos écoutants sont joignables soit par téléphone au 0974751313, tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin, appel anonyme et gratuit, soit par Chat via notre site internet tous les jours de 14h00 à minuit.

Bien cordialement

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

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Joueurs info service