© Joueurs Info Service - 18 décembre 2025

Forums pour les joueurs

Paris sportifs

Par Profil supprimé Posté le 22/06/2019 à 16h29

Bonjour, je m'appelle Fab, j'ai 25 ans. Comme tout ceux qui sont ici, bah j'ai perdu pas mal d'argent, je suis devenu une larve. Tout mon pognon passe là-dedans pratiquement. Début juin, j'ai pu me faire interdire des sites de jeux et casinos via la police des jeux, ce qui est déjà un bon point car rien que sur les Betclic, 1xbet, Winamax etc j'ai perdu pratiquement dans les 5000-6000€. Maintenant, il ne me reste plus qu'un endroit à éradiquer de ma tête c'est le tabac! Je ne joue pas de grosses sommes comme sur les sites, je joue 10, 15€ parfois 25€. Aujourd'hui par exemple, j'ai joué 45€ et y'a déjà 30€ et les 15€ qui restent c'est en standby. Bref, je sais qu'au fond, je ne récupérerais jamais l'argent bien qu'en avril j'ai eu dans les +1500€ en 3jrs en faisant des bets h24, malheureusement, comme tout joueur, j'ai tout reperdu, et pourtant j'étais convaincu que j'allais rester zen. Je me rends souvent dans une clinique orienté vers l'addictologie, j'en parle en séance de groupe par moment, donc je fais des démarches. Depuis mon rdv à la police, je réfléchis à m'inscrire dans une salle de sport (perte de poids de 12kg inexpliquable donc j'aimerais les reprendre), mais pas la foi, l'envie, je reste des heures couché sur mon lit soit à dormir, soit regarder des merdes à la tv. Il y a toujours pire que soi mais là ça me gonfle à un point inimaginable sachant que j'ai fait une TS en octobre 2018...Auriez vous des idées pour stopper les jeux au tabac ?

Cdt, Fab

2 réponses

Moderateur - 28/06/2019 à 12h30

Bonjour SCM13,

Merci d'avoir laissé votre message dans ce forum et soyez le bienvenu.

Tout d'abord vous pouvez vous féliciter de votre prise de conscience et d'avoir entamé des démarches pour vous faire interdire de jeu et pour vous faire aider. Vous avez franchi-là des étapes décisives.

Pour les tabacs il n'y a pas d'interdiction d'accès en vigueur lorsqu'on est joueur. Ce que je peux vous suggérer c'est par exemple d'éviter de vous en approcher et de les fréquenter si c'est possible. Si vous allez toujours au même bureau de tabac changez d'itinéraire, contournez-le pour être moins tenté d'y rentrer et d'acheter des tickets à gratter. En effet, la seule vision d'un bureau de tabac peut déclencher ou renforcer l'envie de jouer. Mais plus vous résisterez moins ce déclencheur fonctionnera et au bout d'un moment vous y serez beaucoup moins sensible même s'il faudra toujours rester prudent.

Une autre stratégie, mise en œuvre par Ratatouille dans le fil de discussion "Besoin d'aide et de soutien", est

de n'avoir sur vous que le strict nécessaire en termes d'argent : la somme qui vous permet de couvrir vos besoins du jour (manger à midi, ...) et pas plus. Pas de carte bleue, pas d'autres moyens de paiement.

Et en parallèle continuez votre travail de groupe ou avec des professionnel pour explorer les causes de votre addiction et essayer d'y répondre autrement que par un comportement addictif.

Joueurs info service reste à votre disposition pour toute demande d'information ou d'aide. N'hésitez pas à appeler notre ligne d'écoute aussi.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 16/07/2019 à 16h20

Bonjour,

Aujourd'hui cela fait exactement 18 jours que je n'ai plus fait de paris sportifs. J'ai par moment des envies de faire un jeu. Il y a une dizaine de minutes j'étais sur le site de la FDJ Point de vente et j'ai refermé la page.
Hier j'étais tout près de craquer...J'avais mon tel et ma CB et finalement je n'ai pas fait de ticket.
Pour le coup, je suis assez fier de moi.

Y-a-t-il d'autres personnes dans ce cas ?