© Joueurs Info Service - 16 octobre 2026

Vos questions / nos réponses

Conjoint joueur

Par Profil supprimé Postée le 02/10/2020 08:12

> Ma femme joue à des jeux à gratter depuis 4 ans par période. Elle a conscience qu'elle met en péril l'économie de notre foyer, mais semble être incapable de s'arrêter durablement. Quels sont les moyens pour l'aider à sortir de cet engrenage, avec en plus, le comportement des buralistes qui n'est aucunement une aide, bien au contraire, en lui faisant croire qu'ils sont amis avec elle. J'avoue être un peu à bout de patience, après avoir contracté un emprunt pour couvrir la dette, mais c'est un puits sans fond !

Mise en ligne le 02/10/2020

Bonjour,

Vous nous faites part des difficultés de votre compagne dans la gestion de l'usage des jeux de grattage, et des conséquences négatives que cela entraine sur vous même et pour votre foyer.

Nous comprenons tout à fait votre ressenti, votre perte de patience et votre volonté de trouver des solutions pour qu'elle puisse s'arrêter durablement.

Le fait que votre compagne soit consciente de sa pratique est une chose positive. Même si il semble que l'arrêt soit difficile pour elle, il est toujours plus facile d'être aidant dans cette situation que face à une personne dans le déni.

Dans une premier temps, peut-être pourriez vous l'aider à comprendre (au delà des mécanismes du jeu) l'importance que ces moments ont pour elle, ce qu'il lui permettent. (Par exemple, si elle le vit plutôt comme un moment de détente, d'adrénaline, d'espoir..)

Ainsi, vous pourrez la guider vers des solutions adaptées à sa pratique. L'idée serait qu'elle puisse trouver d'autres moyens d'accéder aux effets recherchés dans le jeu, pour mieux s'en détourner.

Il existe également des lieux de prise en charge gratuits et confidentiels, spécialisés dans l'accompagnement des personnes en difficulté avec leur pratique de jeu.

Ces lieux proposent des consultations individuelles avec divers professionnels (Psychologues, infirmiers, médecins addictologues etc) pour soutenir le joueur et lui permettre d'atteindre ses objectifs de réduction ou d'arrêt.

Ils peuvent aussi recevoir ponctuellement l'entourage proche pour des consultations de soutien.

Par rapport à votre commune de résidence, nous vous joignons les adresses de deux de ces centres.

Vous pouvez aussi nous contacter gratuitement et anonymement par téléphone au 0 74 75 13 13, tous les jours de 08h à 02h, pour plus d'informations. Nous sommes également joignables sur le chat de 08h à 00h.

Bon courage à vous,

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

---

CSAPA - CAARUD USSAP ACCUEIL INFO ADDICTION - AIDEA11

41 avenue Anatole France
11100 NARBONNE

Tél : 04 68 42 58 58
Site web : urlz.fr/gO6q
Secrétariat : CSAPA : Du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 12h30 à 16h15 - le mercredi de 8h à 9h et de 12h30 à 16h (laisser un message sur répondeur)
Accueil du public : CSAPA : Du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 12h30 à 17h - le mercredi de 8h à 9h et de 12h30 à 17h (laisser un message sur répondeur)
CAARUD : Accueil collectif de 8h30 à 11h30 avec ou sans rendez-vous - possibilité d'accueil sur rendez-vous de 8h30 à 16h30 sauf le mercredi après-midi (pas d'accès) - Accès à la machine à laver, selon planning, en contactant l'équipe
Substitution : tous les matins de 8h30 à 12h , sauf le mercredi

Voir la fiche détaillée

CSAPA - Association Addictions France

15 -17 boulevard du docteur Ferroul
11100 NARBONNE

Tél : 04 68 49 53 16
Site web : addictions-france.org/

Secrétariat : Lundi de 9h à 12h et de 13h à 17h, le mardi de 9h à 12h00 et de 13h30 à 17h, le mercredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, le jeudi de 9h à 12h et de 14h à 17h et le vendredi de de 9h à 12h et de 14h à 17h
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h, possibilité d'accueil en soirée comme le lundi soir jusqu'à 19h30

Voir la fiche détaillée