© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Comment arrêter les paris sportifs

Par Profil supprimé Postée le 22/11/2020 23:21

> Bonjour, Me voilà aujourd'hui âgé de 26 ans cela fait au moins quelques années que je fais du parions sportif et honnêtement aujourd'hui je cherche comment arrêter parce que au delà des problèmes financiers que ca m'engendre je touche à l'alcool quand je perd, je m'exclu de chez moi, je suis énervé, je joue avec l'argent qui n'est pas le mien. Aujourd'hui je viens de terminer mon master et je veux repartir a zéro, un nouveau départ, plus de dette bancaire, plus découvert, c''est pour cela que je demande de l'aide sur ce forum, ce soir merci

---

Mise en ligne le 24/11/2020

Bonjour,

Nous entendons bien votre demande d'aide et allons tenter de vous donner plusieurs pistes afin que vous puissiez atteindre votre objectif d'arrêt.

Sachez tout d'abord qu'il est possible de se faire interdire volontairement des casinos et jeux en ligne (les paris sportifs sont inclus dans cette interdiction). D'une durée minimum de 3 ans, cette interdiction est nationale. Cela signifie que pendant au moins 3 ans, vous ne pourrez plus ni entrer dans un casino ni vous connecter sur aucun site de jeux d'argent ou de paris sportifs en ligne.

La procédure est très simple, nous vous joignons un article qui résume son fonctionnement et un lien pour la mettre en place.

Nous conseillons aussi de supprimer les applications/notifications/newsletter qui pourraient vous inciter à pratiquer le jeu. Si vous pariez en groupe avec des amis, il pourrait être nécessaire de leur expliquer votre démarche ou d'initier de nouvelles activités de groupe pour éviter d'être tenté lorsque vous êtes ensemble.

Nous avons bien conscience que cette situation doit être lourde à porter. Votre situation est loin d'être isolée et si vous souhaitez echanger avec d'autres internautes confrontés aux mêmes difficultés, vous pouvez publier votre message sur nos forums d'entraide dont vous joignons un lien en fin de réponse.

Vous pouvez également vous faire accompagner gratuitement par des professionnels dans les centres de soin, d'accompagnement et de prévention en addictologie. Cela pourrait vous permettre d'avoir un suivi régulier, à la fois concernant votre pratique, mais aussi concernant les difficultés financières associées.

Par rapport à la ville de résidence que vous nous avez indiquée, nous vous joignons un lien vers la page d'une de ces structures.

Vous trouverez également ci-dessous un lien vers la page de l'association CRESUS, qui propose un accompagnement spécialisé aux personnes en situation d'endettement ou de surendettement.

Bien entendu, nous restons également joignables par téléphone au 09 74 75 13 13 , tous les jours de 08h à 02h, ou par tchat de 08h à 00h.

Bon courage à vous,

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

---

CSAPA Voie 11

7 bis rue HADANCOURT
Centre Hospitalier Carnelle Portes de l'Oise
95340 PERSAN

Tél : 01 30 28 73 00
Site web : www.hopital-novo.fr/ghcpo/
Accueil du public : Sur rendez-vous : Lundi-Mardi et Jeudi de 9h à 19h - Mercredi de 9h à 14h00 et Vendredi de 9h à 14h30.
Consultat° jeunes consommateurs : Jeunes moins de 25 ans avec ou sans entourage : sur rendez-vous tous les mercredis après-midi.
Substitution : Suivi avec possibilité de délivrance de traitement de substitution avec une prescription d'un médecin traitant.
Autre : Groupe de parole ouvert à tous avec l'intervention des Alcooliques Anonymes : une fois / mois le samedi (contacter le secrétariat pou connaître la date exacte).

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Forums Joueurs info service
- Association CRESUS

Autres liens :

- Article - L'interdiction volontaire de jeu
- Lien - Procédure d'interdiction volontaire de jeu