© Joueurs Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour les joueurs

Temoignage arrêt paris sportifs

Par Banban059 Posté le 18/03/2021 à 23h42

Bonjour,

Je me présente Alban,
Je suis accro aux paris sportifs en ligne (site hors Arjel impossible a s'exclure) depuis mes 18 ans et j'en ai maintenant 34.
J'ai gagné parfois pendant ces années mais surtout beaucoup perdu...
Il m'est arrivé par le passé de mentir à mes proches, j'ai même volé de l'argent à mes parents et perdu mon ancienne petite amie (ça c'était il y a 8 ans).
Mes parents m'ont pardonné pas elle. Sur les dernières années j'ai réussi à modérer mes dépôts et mises mais parfois la tentation de miser beaucoup pour regagner l'argent perdu prends le dessus et j'ai tout reperdu.
Il y a 32 jours exactement, j'ai décidé de ne plus jouer, j'ai désinstallé l'application sur laquelle je jouais en sachant qu'il est très simple de la réinstaller mais je ne l'ai pas fait.
Je pense avoir fait le deuil de l'argent perdu, j'ai touché mon salaire au début du mois et j'ai commencé à remettre de l'argent de côté. J'ai des envies de voyages(Norvège) même si a l'heure actuelle c'est plus que difficile.
Si je vous écris, c'est que ma famille est au courant que je jouais mais pas sur les dernières années. Je ne veux pas leur en parler car je leur ai fait vraiment beaucoup de mal et je ne veux pas les perdre.
Si je vous écris c'est déjà pour en parler car ça me fais du bien, quand je lis les messages des autres joueurs ça me fait prendre conscience que je ne suis pas seul et que je suis malade. Alors à présent chaque jour sans jouer est une victoire et je ne me projette pas car ça serait une erreur, le matraquage publicitaire est juste violent pour moi a tel point que je regarde beaucoup moins de football (par sécurité je me suis fais exclure de tous les sites arjel je pense même si l'exclusion n'est que de 3 ans).
Si j'écris en ce jour, c'est pour aussi avoir quelques conseils pour poursuivre, car pour l'instant je n'ai pas l'envie de jouer mais quand ça arrivera, j'aimerais avoir toutes les armes pour résister.
Je remercie les personnes qui prendront le temps de lire mon message et les remercie d'avance pour les réponses qu'ils apporteront.

2 réponses

Chloe12 - 19/03/2021 à 16h52

Bonjour et bienvenue Alban,
Tu n'es pas seul à être dans cette situation loin de là. Prendre conscience de son pb et de son addiction est déjà un grand pas. Tu ne souhaites pas en parler ac tes proches et je te comprends. Je pense vraiment qu'il faut être joueur pour nous comprendre. Mon compagnon, par exemple, ne comprend pas du tt cette addiction.

Pour te tenir loin du jeu, pense à l'argent que tu vas pouvoir mettre de côté et utiliser correctement dans un voyage par exemple.
Certains joueurs ont également abandonné leur CB, c'est certes radical ms en soi pas une mauvaise idée. Il faut bien s'organiser.
L'abstinence est la clé.

Au plaisir de te lire.

À bientôt, bon courage!

Banban059 - 20/03/2021 à 07h04

Bonjour Chloé,

Merci d'avoir répondu à mon message.
Tu as raison, pour nous comprendre il faut être joueur.
J'espère un jour pouvoir en échanger avec mon frère car je suis proche de lui et je sais qu'il ne me jugeras pas.
Mais je le ferai plus tard, car pour l'instant ça ne fait pas assez longtemps que j'ai arrêté. Mais si je pense avoir eu le déclic (deuil de l'argent perdu), on sait que c'est toujours fragile.
En effet, même si pour l'instant il est difficile de voyager, c'est vraiment un objectif que je veux atteindre.
Je suis passé à coté de beaucoup de voyages par le passé à cause du jeu.
L'organisation est la clé comme tu le dis, par contre je ne pense pas abandonner la carte bleue, déjà car je connais les chiffres par cœur et je n'aime pas avoir de liquide sur moi.
Encore merci pour ton message, c'est important de savoir qu'on n'est pas seul.

A bientôt, bon courage.