

## J'AI PRESQUE TOUT PERDU (FEMME ET PEUT ÊTRE MON JOB)

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 23/05/2021 à 17h23

Je voulais savoir comment sortir de cette spirale, je vien de perdre ma copine je souhaite plus que sa arrive à l'avenir et donc je souhaite plus jouer au jeux Paris sportif , mais je sais pas comment faire ?

### 3 RÉPONSES

---

[boulette123](#) - 26/05/2021 à 17h09

salut Jc,

Courage pour ce combat contre les paris sportifs. Je peux te conseiller de faire une demande d'interdiction auprès du ministère de l'intérieur. Il te faut seulement une pièce d'identité et signer l'interdiction valable trois ans et reconductible automatiquement.

Courage !

---

[Moderateur](#) - 27/05/2021 à 15h28

Bonjour JC, bonjour Boulette123,

La procédure pour se faire interdire de jeu a changé et a été simplifiée.

JC, si vous souhaitez vous faire interdire de jeu adressez-vous ici : <https://anj.fr/ts/demande-interdiction>

L'interdiction est une aide formelle qui vous permettra, dans certaines limites, de vous tenir éloigné des jeux. Cependant je vous conseille aussi de vous faire aider par un professionnel pour comprendre d'où vient votre addiction et ce qu'elle recouvre. Il est notamment important de comprendre les mécanismes qui vous font jouer même quand vous n'en n'avez pas envie.

N'hésitez pas contacter l'un de nos écoutants par chat ou au téléphone. Ils vous conseilleront et vous donneront des adresses.

Cordialement,

le modérateur.

---

[Profil supprimé](#) - 04/06/2021 à 14h41

Salut JC38110,

Ecoute j'ai arrêté de jouer il y a un mois. Je connais ta situation, je vais te donner mon exemple. Déjà tu es jeune! Donc il vaut mieux que ca t'arrive maintenant que dans 20 30 ans avec une famille.

La clé de la réussite est de parler de notre problème!

Est ce que tu as une bonne relation avec ta famille?  
Est ce que tu as des amis?

De mon côté, j'ai eu un electrochoc, je pensais reussir a m'arreter tout seul, mais c impossible.  
Il faut faire les démarches:

- 1/ Te faire interdire de jeux par ANJ (demarche par le courrier electronique AR) cela va plus vite et meme si tu te dis ca fait chier tu le fais

-2/ En parler a tes parents, ne pense pas que univers est rose, il faut le dire a tes parents, meme cash "papa, maman, je suis devenu accroc au jeux en ligne, casino etc...) et tu peux meme faire la demarche d'arret de jeux avec eux.

-3/ En parler avec tes amis, les amis c bien dans les bons moments, mais surtout dans les mauvais!!!!

-4/ En parler avec une professionnel (la nouvelle loi macron te rembourse des seances), au debut je me suis dit fait chier d'aller voir une psy car j'ai pas de probleme mais si, du coup je vais voir une addictologue.

A tres vite je reste dispo sur le chat!

---

Mais dit toi: "Tu n'es pas le seul"

---