© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Je ne sais plus quoi fair

Par Profil supprimé Postée le 15/03/2023 19:57

> Bonjour Je me présente Lucie 37 ans 2 petits garçons mariaient à Math 40 ans. Mon mari a arrete de fumer il y a 5ans ca déjà etz très compliqué pour lui et pour moi. Maintenant depuis 3pu4 ans il s est mit au paris en ligne Et ça le bouffe Ca me bouffe et c est en train de pourrir notre vie .... En montant il ne joue pas bcp car on a décidé que je gardais la main sur le dépôt. Mais il perd très svt pas très chanceux. Et du cou il est exécrable il s enerve tire la tête reste sur le canapé.... Ca commence vraiment à nous pourrir la vie au point que j arrives à penser au divorce.... Besoin d aide Merci Lucie

---

Mise en ligne le 16/03/2023

Bonjour,

Nous comprenons bien votre désarroi dans la situation décrite et la difficulté de trouver un équilibre dans le couple.

La prise de conscience d’une pratique problématique de jeu de la part de votre conjoint est déjà un premier pas vers une meilleure gestion de celle-ci ou vers la libération d’une forme d’addiction.

Vous semblez avoir réfléchi ensemble et trouver une réponse en vous chargeant de la gestion des mises. Cette réponse permet probablement de limiter les conséquences financières mais comme vous l’évoquez elle n’apporte pas de réponse satisfaisante à la question de ce que nous devinons être une addiction.

Cette solution présente à notre sens plusieurs problématiques. D’une part, même si c’est une décision commune, vous vous retrouvez à prendre la responsabilité de la pratique en « contrôlant » les sommes engagées à ne pas dépasser ; votre conjoint d’autre part se sent peut-être infantilisé en étant contraint et déresponsabilisé de cette pratique problématique. Les tensions se révèlent fréquemment contre-productive et à l'inverse, elles peuvent conduire le joueur à jouer davantage.

Afin de retrouver un équilibre, il peut être important au travers d’un dialogue apaisé de rassurer votre conjoint sur le fait que vous ne le jugez pas, que vous pouvez comprendre et l’informer qu’il existe des Centres de Soins d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) qui proposent des

consultations individuelles, confidentielles et gratuites. Ces consultations s’adressent aux joueurs qui, conscients des difficultés générées par la pratiques de jeu, souhaitent s’orienter vers une meilleure gestion de celle-ci ou y mettre un terme.

Dans ces structures existent également des consultations d'aide à l'entourage, cela pourrait vous permettre, si votre conjoint n'est pas encore prêt à faire la démarche, d'être aidée pour savoir comment aborder la situation avec lui et vous préserver tant sur le plan relationnel que financier. Certains professionnels proposent également des consultations en couple qui peuvent permettre de mieux se comprendre, de retrouver un équilibre afin d’envisager l’avenir plus sereinement. Sans information précise sur votre ville de résidence, nous vous joignons plusieurs liens ci-dessous.

Nous n’avons pas connaissance de la façon dont joue votre mari, entre jeu en réel ou en virtuel. Dans le cas où il jouerait en virtuel, il est important de savoir qu’il lui est possible de s’interdire de jeu en ligne. Le lien « Les interdictions de jeu » vous permettra de prendre connaissance de cette procédure. Elle peut se révéler un « outil » bénéfique pour ne plus jouer mais n’exclue pas le soutien psychologique parfois nécessaire pour se libérer psychiquement de la dépendance.

Si vous souhaitez évoquer la situation sous forme d’échange ou avoir davantage d’informations sur les orientations possibles, nous sommes également joignables au 09 74 75 13 13 (appel anonyme et non surtaxé) 7j/7 de 8h à 2h ou via le chat de 14h à minuit en semaine, de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Bien cordialement.

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

---

Equipe de Liaison et de Soins en Addictologie

Centre hospitalier
Quartier Beausseret - BP - 249
26216 MONTELIMAR

Tél : 04 75 53 43 61 Elsa
Site web : urlr.me/gNhK95
Permanence téléphonique : Pour les personnes hospitalisées - du lundi au vendredi de 9h30 à 16h30 (ne pas hésiter à laisser un message sur répondeur) ELSA 04 75 53 43 61
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

Voir la fiche détaillée

CSAPA - Association Addictions France

15 rue DOCQ
26100 ROMANS SUR ISERE

Tél : 06 65 18 40 41
Site web : addictions-france.org/
Secrétariat : Mardi de 13h30 à 17h, jeudi et vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h (possibilité de laisser un message sur répondeur afin d'être rappelé)
Accueil du public : Mardi de 13h30 à 17h, jeudi et vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

Voir la fiche détaillée

CSAPA - Association Addictions France

9 rue Henri Barbusse
26000 VALENCE

Tél : 04 75 82 99 60
Site web : addictions-france.org/
Secrétariat : Lundi, mardi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h, mercredi et vendredi de 9h à 12h
Accueil du public : Lundi, mardi, mercredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30, le vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h, rendez-vous possibles en dehors de ces horaires dont jeudi
Consultat° jeunes consommateurs : Les jeunes consommateurs et leur entourage peuvent être reçus toute la semaine aux horaires du CSAPA, jusqu'à 17h30

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- L'interdiction de jue