© Joueurs Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Mon conjoint et le jeu

Par Jael49 Postée le 03/12/2023 13:50

Mon conjoint est addict au pmu comment je peut l'aider à s'en sortir ?

Mise en ligne le 06/12/2023

Bonjour,

Vous souhaiteriez des conseils pour aider votre conjoint dépendant aux jeux de PMU.

Nous disposons que de peu d'éléments de contexte (support de jeux, ancienneté de sa pratique, fréquence de ses habitudes, etc.). Nous ignorons également s'il a conscience de sa difficulté et surtout s'il est volontaire pour initier un changement. Néanmoins, nous allons tenter de vous indiquer quelques pistes de réflexion mais aussi d'orientation si votre conjoint accepte de se faire aider.

Vous ne nous indiquez pas s'il s'agit de PMU en réel (débits de tabac) ou s'il joue en ligne. Car, en ce qui concerne les jeux en ligne, une personne qui a le souhait d'arrêter sans y parvenir, peut faire une demande d'interdiction volontaire de jeux.

C'est l'Autorité Nationale des Jeux (ANJ) qui est compétente et qui traite les demandes d'interdiction volontaire de jeux. Elle s'adresse à tous les joueurs ne souhaitant plus accéder aux casinos terrestres français ou aux sites de jeux en ligne, durant 3 ans minimum. Cette possibilité est intéressante, si votre conjoint joue en ligne.

Pour en savoir plus, nous vous transmettons en bas de page un lien vers le site internet de l'ANJ, sur lequel il pourra retrouver toutes les explications et informations utiles. Cette démarche ne concerne pas les jeux vendus dans les établissements.

Par ailleurs, il a la possibilité d'évoquer ses difficultés avec des professionnels compétents dans les addictions. Il existe des consultations individuelles, confidentielles et gratuites dans des Centres de Soins

d’Accompagnement, de Prévention en Addictologie (CSAPA). Médecin addictologue, psychologue, infirmier et travailleurs sociaux accueillent toute personne désireuse de parler de sa pratique pour être accompagnée dans une démarche de diminution, de gestion ou d’arrêt d’une pratique addictive.

Vous trouverez en bas de page un lien avec deux orientations possibles en CSAPA proches de votre ville.

Pour aider votre conjoint, nous vous conseillons de l’inviter à exprimer ce que lui permet le fait de jouer. L’idée étant d’échanger avec lui pour qu’il sente que vous ne le jugez pas mais que vous souhaitez le soutenir dans sa problématique. Une posture compréhensive et bienveillante favorisera le dialogue et vous permettra de l’interroger sur ses besoins et ses attentes.

Pour étayer notre propos, vous trouverez ci-dessous un lien vers nos rubriques de conseils à l’entourage.

Si vous ressentez le besoin d’échanger avec des professionnels même en l’absence de votre conjoint vous pouvez prendre contact avec le CSAPA. Des entretiens destinés aux proches sont prévus pour aider au positionnement de l’entourage confronté à cette problématique.

En attendant, si vous ressentez le besoin d’échanger autour de votre situation, vous pouvez contacter nos écoutants par téléphone au 09 74 75 13 13 (appel anonyme et non surtaxé) tous les jours de 8h à 2h. Également par chat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Bien à vous

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

---

CSAPA 53 Laval : Permanence à l'hôpital Pôle santé de Segré

5 rue Joseph Cugnot
49500 SEGRE

Tél : 02 43 09 16 65
Site web : www.csapa53.fr
Secrétariat : Lundi: 8h30-13h15 et 16h-16h45. Mardi, jeudi et vendredi: 8h30-12h30 et 13h15-16h45. Mercredi: 8h30-12h15.
Accueil du public : Un professionnel du Csapa de Château-Gontier assure un permanence tous les jours sur rendez-vous.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous des jeunes entre 12 et 25 ans avec ou sans entourage.

Voir la fiche détaillée

CSAPA 53 Laval - Site de Château-Gontier

3 rue de l'Atlantique
53200 CHATEAU GONTIER

Tél : 02 43 09 16 65
Site web : www.csapa53.fr
Secrétariat : Lundi: 8h30-13h15 et 16h-16h45. Mardi, jeudi et vendredi: 8h30-12h30 et 13h15-16h45. Mercredi: 8h30-12h15.
Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au vendredi. L'équipe assure une permanence de consultation sur rendez-vous à l'hôpital de Segré.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous des jeunes de moins de 25 ans avec ou sans entourage
Substitution : Initiation, prescription, suivi et délivrance de traitement de substitution aux opiacés, sur les sites de Laval et Château-Gontier.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Autorité nationale des jeux (ANJ)
- Le jeu et vos proches