

## ENDETTÉ

---

Par [Anonyme75019](#) Posté le 23/02/2024 à 13h10

Cela fait quatre ans que je suis dans les paris sportifs, mais je n'arrive pas à m'en sortir. Je me suis endetté en vendant des biens personnels de mes proches, ce qui a créé des conflits familiaux, et j'en passe. J'arrive toujours pas à m'arrêter de parier en espérant rattraper mes pertes. J'ai un crédit à régler avec Sofinco que je n'arrive pas à honorer, et une grosse dette à régler au plus vite envers mes proches. Je suis actuellement à découvert sur mon compte bancaire. Chaque fin de mois, toute ma paye part dans les paris sportifs. Actuellement intérimaire, je touche une bonne paye mais tout part dans les paris sportifs. Comment puis-je avoir de l'aide ?

## 1 RÉPONSE

---

[Subzero](#) - 05/03/2024 à 11h05

Bonjour à toi,

J'ai une addiction mais pas la même c'est les casinos en ligne.

Mais là où notre problème se rejoint c'est que c'est hyper facile d'accès.

Je suis à peu près dans la même situation j'ai aussi un crédit sur le dos

Tout d'abord ce que je ferai c'est de régler tes dettes des que tu touches ton salaire comme ça au moins ça fait déjà un premier problème de régler.

La seule façon d'arrêter c'est le mental.

Pour moi faut vaincre au jour le jour cette addiction.

Parce que oui clairement dire que tu arrêtes de jouer comme ça c'est impossible il faut se fixer des petits objectifs de durée.

Puis au fur et à mesure tu seras fier de ne pas avoir joué pendant disons 1 ou 2 semaines.

Là où c'est le plus dur c'est après

Quand tu à la payes qui arrive déjà + tu te dis franchement je peux bien me faire un petit jeu vu le temps j'ai pas fait ça va juste une fois je gère bah c'est absolument faux. Tu vas retomber dedans. ( Je parle en connaissance de cause ).

C'est un travail de longue durée sur toi même.

Essaye de trouver une occupation quelque chose pour essayer d'oublier.

Courage à toi car moi aussi de mon côté je me bats.

---