

DUR DUR DE S'ARRÊTER

Par [Velodrome13](#) Posté le 20/04/2024 à 18h09

Bonjour,

Je n'arrive pas à m'en sortir des paris sportif pourtant je souhaite arrêter sa définitivement.

Peut être des aujourd'hui ?

Restons fort mentalement

2 RÉPONSES

[Ommacurse](#) - 23/04/2024 à 14h24

Bonjour,

Avant j'essayais de tout stopper, et un jour on craque on recommence.

Personnellement en ce moment j'essaie une nouvelle stratégie, je ne stop pas net, mais je diminue progressivement. Chaque mois je diminue mes mises pour dépenser de moins en moins. Le manque est plus simple à gérer. Peut-être que ça mènera à terme à un arrêt définitif...

Bon courage

[angelinat3181](#) - 25/04/2024 à 22h00

Voilà j'ai commencer à travailler dans un bar qui fait fdj au début je m'en passait et depuis quelque temps j'ai jouer comme ça et puis sa a augmenter et aujourd'hui je n arrive plus a m arrêter.

Au début je jouait 20e par ci par là et depuis janvier sais de plus en plus. Auriez vous des conseilles et
