© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Forums pour les joueurs

Le premier jour du reste de ma vie

Par Lyonnais86 Posté le 04/11/2024 à 22h26

Bonjour,
Voilà maintenant 8 ans que je joue aux jeux d’argent. Je suis tombé dans cette addiction après un gros gain lorsque que j’étais tout juste majeur. Aujourd’hui des milliers d’euros de perdus, des mensonges à mes proches et beaucoup de temps perdu aussi. Le jeu dégrade ma qualité de vie et impact tout ce que je peux faire, ma tête ne pense qu’à ça en permanence, prévoir ce que je vais parier ou prévoir comment me procurer de l’argent pour jouer. Mais aujourd’hui j’ai décidé d’arrêter pour de bon. Ça va être dur je le sais. Mais je vais y arriver. Des mauvaises idees m’ont déjà traversées l’esprit et je ne veux pas que ça revienne. Je vais essayer de trouver des solutions qui me permettent de penser à autre chose. Il faut que je pense à autre chose pour le sortir de cette situation. Il faut que je remonte là pente. Je suis persuadé de pouvoir y arriver.

2 réponses

Redemption_ensemble - 16/11/2024 à 18h33

Bonjour,
Pour commencer as tu réussi à t'interdire de jeux volontairement via l'ANJ? Psychologiquement cela aide.
Ensuite il s'agit surtout et avant tout de changer sa routine et de s'occuper l'esprit avec des occupations oubliees avec l'addiction .
Courage ce n'est pas simple mais cela en vaut la chandelle. Il faut partir sur un marathon et non un 10 kms quand on veut arrêter cette addiction.

Vilagio - 28/11/2024 à 21h07

Moi je n'es personne à qui parler, trop de dettes et de risques d'aller en prison. Cheque en bois , escroquerie. Je ne sais plus quoi faire

Allé en prison à 50 ans ? Me cacher à la maison jusqu'à ce que les créanciers et huissier et police viens m'emmener en prison

Je suis perdu. Aider moi par un conseil svp

Je ne suis pas en France

Merci