© Joueurs Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Aide

Par Mart92 Postée le 02/06/2025 09:52

> Comment ne pas penser a jouer constamment quand nous avons de l'argent

---

Mise en ligne le 06/06/2025

Bonjour,

Nous comprenons une difficulté avec une pratique de jeu qui vous conduit peut-être à une perte de contrôle sans comprendre si cette pratique pose problème financièrement ou pas.

La pensée intrusive d’un produit ou d’une pratique s’apparente à une forme de dépendance et une dépendance ne se développe pas par hasard. C’est pourquoi, afin de comprendre et tenter de reprendre le contrôle, il est important de réfléchir à la place que le jeu a prise dans votre vie, ce que vous en attendez, l'évolution depuis son origine jusqu'à l'addiction aujourd'hui. Entre adrénaline, appât du gain, croyances erronées, tentative de « se refaire » etc… il est souvent difficile de s’extraire de la spirale du jeu.

Pour cela, il peut être utile de comprendre également les mécanismes du jeu. Nous vous joignons plusieurs liens ci-dessous qui pourront vous apporter des pistes de réflexion supplémentaires.

Vous n'indiquez pas si vous jouez en réel ou en virtuel et il est important de savoir qu’il est possible de vous faire interdire de paris en ligne. Il s’agit d’une démarche personnelle et confidentielle qui entraîne une mesure d’interdiction valable pour une durée de 3 ans non réductible sur tous les sites de jeux en ligne autorisés ainsi qu’une impossibilité d’entrer dans les casinos et les cercles de jeux. Voir lien « Interdiction de jeu » ci-dessous.

Si vous souhaitez être aidée par un professionnel spécialisé sur la question de l'addiction au jeu afin de réfléchir de façon plus approfondie et être aidée à vous libérer de cette addiction, il existe des structures proposant des consultations individuelles, confidentielles et gratuites. Nous vous joignons deux liens ci-dessous, vous pouvez les contacter directement pour prendre rendez-vous.

Si vous souhaitez davantage d’informations sur ces consultations, vous pouvez également nous joindre tous les jours de façon anonyme de 8h à 2h au 09 74 75 13 13 (appel non surtaxé) ou de 14h à minuit par chat via notre site en semaine, de 14h à 20h le week-end.

Bien cordialement

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

---

Association Addictions France 33 -CSAPA- Consultation avancée à Langon

rue Paul Langevin
Centre hospitalier Sud Gironde-Langon
33212 LANGON

Tél : 05 57 57 00 77
Site web : addictions-france.org/
Secrétariat : Du lundi au jeudi de 8h30 à 19h et vendredi 8h30 à 17h
Accueil du public : du lundi au vendredi. Consultations assurées par psychologue et travailleur social

Voir la fiche détaillée

CEID Addictions - Centre Maurice SERISÉ

24, rue du Parlement Saint-Pierre
33000 BORDEAUX

Tél : 05 56 44 84 86
Site web : ceid-addiction.com/services/centres-daccueil/
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h
Accueil du public : du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, sauf mercredi matin
Centre : Pour l'analyse de produits contacter le 07 50 54 48 07

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Le jeu et vous
- Interdiction de jeu en ligne