

Forums pour les joueurs

## Comment ne plus jouer ...

Par Jycroistoujours Posté le 01/08/2025 à 21h05

Bonjour,

Quelqu'un a t'il déjà réussi à s'en sortir ?

A chaque fois que je me dis c'est fini... Arrive un crédit sur mon compte bancaire et je joue instantanément. Casino et surtout paris sportifs, je travail depuis 15ans j'ai 0€ sur mon compte bancaire.

Je ne sais plus quoi faire, j'ai déjà t'été au csapa mais ça n'a rien changé.. si quelqu'un a des idées... Je suis preneur.

### 1 réponse

---

Incognito03 - 17/08/2025 à 05h18

Bonjour

Pour ma part ça fait 13 mois que j'ai arrêté, je l'ai déjà indiqué plusieurs fois mais pour moi il faut surtout que tu ai envie d'arrêter sinon ça ne sert à rien tu replongeras très rapidement.

Je te conseil de tout tout stopper, ne plus te donner les moyens de pouvoir jouer (pas d'argent sur toi, interdiction de jeux, confier tes moyens de paiement à un proche de confiance).

Je suis également suivie dans un CSAPA après je suis d'accord avec toi ce n'est pas le centre qui va t'aider à arrêter, ils peuvent te donner quelques pistes mais c'est juste ton envie qui te fera arrêter.

Bon courage