© Joueurs Info Service - 5 septembre 2026

Vos questions / nos réponses

Conseils addiction aux paris sportif

Par Lia Postée le 28/07/2026 12:37

> Bonjour, mon fils de 28 ans est addict aux paris sportif. Sa conjointe a tout fait pour qu'il s'en sorte mais il recommence constamment. Son couple est en péril, elle est prête à le quitter si il ne se soigne pas. Ils ont un crédit maison, 2 enfants en bas âge, lui répond que tout va bien, cela fait 9 ans que ça dure il ont un compte commun et elle ne peut même plus acheter des vêtements aux enfants. Après une grosse dispute elle est partie chez ses parents et mon fils est venu chez nous mais il ne nous a pas tout dit, nous savions qu'il jouait mais pas que c'était grave a ce point. Ma belle fille souhait que l'on s'en occupe car elle n'en a plus la force. Que pouvons- nous faire en tant que parents pour lui proposer notre aide ?

Mise en ligne le 29/07/2026

Bonjour,

Il est positif que vous cherchiez des pistes de réflexion pour au moins, amorcer un dialogue constructif avec votre fils.

Pour envisager de pouvoir l’aider, il faudrait qu’il prenne conscience de la place et des conséquences du jeu dans sa vie personnelle et familiale.

D’après votre description, il donne le sentiment de ne pas avoir complètement réalisé ou véritablement admis l’ampleur de sa pratique de jeux.

Votre seul levier consiste à permettre un échange apaisé pour questionner ce qu’il recherche au travers de sa pratique (outre la volonté de récupérer les sommes perdues). Est-ce que le jeu est une stratégie d’évitement face à des difficultés personnelles. Est-ce qu’il ressent une forme d’ennui, d’insatisfaction ou de frustration dans son quotidien (vie de couple, familiale, professionnelle). Qu’est-ce qui peut être sous-jacent à cette pratique d’un point de vue psychologique, émotionnel, etc.

Bien sûr, il importe que vous lui formuliez votre inquiétude en évoquant objectivement toutes les retombées négatives du jeu, auxquelles il doit se confronter aujourd’hui.

Nous vous déconseillons de l'aider financièrement. La famille est souvent sollicitée pour couvrir les dettes ou prêter de l'argent. En effet, cela ne ferait qu'alimenter sa problématique et le conforter dans cette situation. Il importe qu'il se responsabilise et se mobilise pour en assumer les conséquences actuelles ou à venir pour se confronter au principe de réalité.

Si votre fils ne reconnait pas sa perte de contrôle, il refusera sans doute les aides possibles, mais il est important de lui indiquer qu'elles existent.

Il peut nous contacter par téléphone ou par tchat pour aborder son état d'esprit et obtenir des conseils s'il le souhaite.

Vous pouvez lui suggérer de consulter notre site internet pour trouver des informations en vue de reprendre le contrôle, limiter ou cesser les jeux d'argent.

Il peut demander une interdiction volontaire des jeux via le site internet de l'Autorité Nationale des Jeux (ANJ). Il s'agit d'une interdiction que lui seul peut effectuer. Celle-ci est d'une durée incompressible de 3 ans qui l'exclura des opérateurs de jeux en ligne et des casinos terrestres. Celle-ci se fait directement en ligne mais n'est pas valable pour les paris sportifs vendus en tabac.

Vous trouverez en bas de page, des articles issus de notre site internet pour en savoir plus ainsi que le lien vers le site de l'ANJ.

Il peut également se rapprocher de consultations spécialisées qui traitent de cette addiction.

C'est le cas des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Une équipe pluridisciplinaire composée de médecin addictologue, psychologue, travailleurs sociaux et infirmier propose un accompagnement et un soutien individualisé en vue de diminuer, gérer ou cesser des conduites addictives. Les consultations y sont individuelles, confidentielles et gratuites.

En ce qui vous concerne, sachez qu'indépendamment de la démarche de votre fils, vous pouvez solliciter un appui et des conseils personnalisés au sein des CSAPA. Si vous ressentez le besoin d'évoquer vos inquiétudes ou si le dialogue parait difficile, vous pouvez leur en faire part. Des consultations sont prévues pour l'entourage afin d'obtenir des conseils, des informations et d'aider dans le positionnement.

Si cette alternative vous intéresse, nous vous joignons les coordonnées d'un CSAPA proche de vous.

Enfin, nous vous transmettons quelques articles tirés de notre site internet de conseils à l'entourage.

En attendant, nous restons disponibles pour toute autre question ou conseils par téléphone au 09 74 75 13 13 (appel anonyme et gratuit), 7j/7de 8h à 2h. Vous pouvez aussi disposer du tchat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

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

---

CSAPA Nord 05

5 rue Alphand
05100 BRIANCON

Tél : 04 92 55 34 76
Site web : www.urlz.fr/uCpV
Secrétariat : Lundi-mercredi-jeudi-vendredi : 8h30-12h et 13h30-17h. Mardi : 11h-12h et 16h-17h
Accueil du public : Lundi-mercredi-jeudi-vendredi : 8h30-12h et 13h30-17h. Mardi sur rendez-vous uniquement
Consultat° jeunes consommateurs : Les consultations sont possibles du lundi au vendredi, avec l'éducatrice et l'infirmière
Autre : Consultations avancées possibles sur rendez-vous à Vallouise-Pelvoux, Guillestre, Aiguilles, L'Argentière-la-Bessée avec l'infirmière ou l'éducatrice. Prendre rdv auprès du secrétariat

Voir la fiche détaillée

CSAPA Nord 05-Consultations délocalisées à Embrun

13 place Barthelon
05200 EMBRUN

Tél : 06 70 94 48 59
Site web : www.urlz.fr/uCpV
Secrétariat : Lundi-mercredi-jeudi-vendredi : 8h30-12h et 13h30-17h. Mardi : 9h-11h et 14h-16h
Accueil du public : Psychologue, infirmière et éducatrice spécialisée reçoivent sur rendez-vous les lundis, mardis et mercredis de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : Consultations pour les jeunes et l'entourage, sur rendez-vous

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Autorité nationale des jeux (ANJ)
- Ouvrir le dialogue pour mieux se comprendre
- Encourager le joueur à se faire aider

- Il ne veut pas arrêter, qu'est ce que je peux faire?