© Joueurs Info Service - 5 décembre 2025

Vendredi 13 : soyez gagnants, ne jouez pas !

Pour les superstitieux, le vendredi 13 est un jour de chance. C’est aussi ce que les opérateurs de jeux aiment à faire penser en incitant à jouer particulièrement ce jour-là. Or, Joueurs info service rappelle que la meilleure façon de gagner un vendredi 13 c’est de ne pas jouer !

Un jour à la fois

L’un des conseils des groupes d’entraide pour joueurs dépendants est d’arrêter de jouer « un jour à la fois ». La liberté de ne plus jouer se regagne en effet pas à pas : heure par heure au début puis jour après jour. Pour les joueurs les plus accros au jeu chaque nouvelle journée sans jouer est une victoire et devient source de satisfaction.

Progressivement les jours deviennent des semaines puis des mois et enfin des années. La situation financière se rétablit et les liens avec les proches se renouent sans culpabilité. Jour après jour et un « jour à la fois » le joueur dépendant regagne sa liberté.

Faire du vendredi 13 un symbole de victoire sur le jeu excessif

Ne pas jouer un vendredi 13 et renoncer à l’adrénaline que cela procure c’est pratiquer le « un jour à la fois » et s’assurer d’être gagnant. Compte tenu de la charge symbolique de ce jour c’est même une victoire particulièrement importante pour tout joueur excessif superstitieux. Un jour qui compte double !

Articles en lien :

Quelques éléments clés pour arrêter de jouer

L’aide entre pairs

Qu’est--ce que le jeu problématique ?