Jeu

(jeux d'argent et de hasard, jeux vidéo, écrans)

Dossier en ligne – informations générales

Données d'observation
Auto-évaluation
Prévention
Outils de prévention
Sites Internet
A qui s'adresser ?

Association Régionale de Coordination en Addictologie de la région Sud

2026

Ce document propose des liens vers des ressources sur la thématique du jeu. Il n'a pas la prétention d'être exhaustif.
Rédaction, révision et traduction : ChatGPT, Gemini et Mistral ont parfois été utilisés pour résumer ou traduire certaines phrases.

Données d'observation

Ecrans et jeux vidéo - population générale

Addiction aux écrans : de quels usages parle-t-on ?
Articles | Bertrand Nalpas, MAAD Digital, 1er juillet 2022
Un dossier dédié aux recherches sur l'addiction aux écrans : identifier nos usages numériques problématiques.

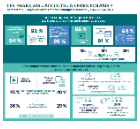
- *Brève histoire des écrans depuis l'apparition de la télévision et les risques d'addiction.* Lire l'article
- *Addiction à Internet*. Lire l'article
- *Addiction aux smartphones*. Lire l'article
- *Addiction aux réseaux sociaux ?* Lire l'article
- *Troubles psychologiques et physiques.* Lire l'article



Les effets psychologiques de l'addiction au smartphone et réseaux sociaux : caractéristiques d'une addiction
Bande dessinée | Loan Nguyen Thanh Lan, MAAD Digital, 8 juillet 2022

- Smartphone et réseaux sociaux, t'as le FOMO ?
- Smartphone et réseaux sociaux et isolement ?
- Smartphone et réseaux sociaux et troubles de l'attention ?

Lire les documents



Les usages d'écrans et les problématiques associées : publication des résultats
Enquête | MILDECA, juillet 2024
Cette édition 2024 consacre un volet dédié à la place des écrans auprès des enfants et des adolescents. Elle fait état d'attentes fortes de la part des Français en faveur d'un encadrement des pratiques numériques.
Télécharger l'analyse et le baromètre

Ecrans et jeux vidéo - jeunes



« Pratiques d'écrans » et de jeux vidéo à l'adolescence

Vidéo | Matinale de l'OFDT, 1 juin 2022, 1h32

- Les jeux vidéo chez les adolescent.e.s : où en est-on ? / H. T. Minassian, coordinateur de l'ANR LUDESPACE
- Jeu vidéo chez les 11-15 ans : contextes, motivations et régulations / Carine Mutatayi, OFDT
- Internet, jeux vidéo : 20 ans d'interrogations des pratiques des adolescent.e.s / Antoine Philippon, OFDT
- Quelques réflexions théoriques et cliniques sur les usages des jeux vidéo à l'adolescence / Céline Bonnaire

Regarder la vidéo - Télécharger les présentations



Contextes, motivations et régulations du jeu vidéo chez les adolescents

Note | C. Mutatayi, P. Neybourger, A. Philippon et al, OFDT, Note de résultats, juillet 2022, 20 p.

Dans le prolongement de la Matinale cette publication illustre, par des récits d'expérience, les attraits des jeux vidéo et comment ces pratiques s'intègrent, parmi d'autres activités, aux sociabilités juvéniles.

Jeux d'argent et de hasard - population générale



Les jeux d'argent et de hasard en 2023

Etude | V. Eroukmanoff, OFDT, juillet 2024, 10 p.

L'année 2023 a été marquée par un dynamisme du marché des jeux d'argent et de hasard qui enregistre une forte augmentation pour atteindre un niveau record. Près de la moitié de la population majeure française a joué à un jeu d'argent et de hasard au cours des 12 derniers mois.



Pratiques de jeux d'argent et de hasard sur Internet

Enquête | V. Eroukmanoff, A. Brissot, A. Philippon et al., OFDT, Tendances n°152, novembre 2022

Panorama des pratiques de jeux d'argent et de hasard sur Internet en France en 2021 :

- Les jeux de loterie : joueurs en ligne (67 %) et paris sportifs (50 %) ;
- Un joueur en ligne sur cinq (18 %) dit avoir joué quotidiennement à au moins un JAH ;
- Un tiers des joueurs seraient des joueurs à risque excessif.

Jeux d'argent et de hasard - jeunes

Jeux d'argent et de hasard en ligne - Pratiques et conséquences chez les 15-17 ans

Rapport | M. L. Tovar, ARPEJ, Points Clés, n°1, janvier 2024, 5 p.

Les adolescents qui jouent aux jeux d'argent et de hasard en ligne montrent des comportements plus problématiques que ceux qui jouent en points de vente. L'ensemble de ces résultats est présenté dans le premier numéro de Points Clés, réalisé par l'Association de recherche et prévention sur les excès du jeu (ARPEJ).



Les jeux d'argent et de hasard à 17 ans - ESCAPAD 2022

Enquête | OFDT, Tendances n° 157, 26 octobre 2023, 4 p.

Evolution des pratiques de JAH à 17 ans entre 2011 et 2022, dans un contexte où il est légalement interdit aux mineurs de jouer à tous les types de JAH : plus d'un quart des jeunes a joué à un JAH au cours de l'année et 4 % y a joué de façon hebdomadaire ; le recours à Internet a quasiment doublé depuis 2011 ; 22 % des joueurs déclarent avoir déjà rejoué pour recouvrer leurs pertes ; 1 joueur sur 10 présente des caractéristiques de jeu problématique.

Le marketing des jeux d'argent

« Que les meilleurs gagnent ! » : le pari des opérateurs de jeu sur le dos des joueurs pathologiques
Vidéo | PAMS Sport, Centre d'addictologie du CHU de Clermont-Ferrand, 21 mars 2024, 21'
Amandine Luquiens, psychiatre addictologue du CHU de Nîmes, chercheuse au Centre de recherche en épidémiologie et Santé des Populations - Inserm, aborde : les 10 facteurs d'identification des caractéristiques addictives des JAH ; le système de récompense ; la publicité...
Regarder la vidéo

Sport et neuromarketing : quels liens, quelle régulation ?
Vidéo | PAMS Sport, Centre d'addictologie du CHU de Clermont-Ferrand, 22 mars 2024, 26'
Julia de Ternay, psychiatre addictologue au Service Universitaire d'addictologie de Lyon, explique comment le neuromarketing est utilisé par les marques dans la vente de produits, de la publicité. Elle aborde notamment son utilisation mise en place par les opérateurs de jeux et de paris en ligne…
Regarder la vidéo

Auto-évaluation

Dépendance aux jeux d'argent : comment se faire aider ?
Article | Santé Addictions.fr, CIDJ, 2023
Patrick Bendimerad, psychiatre et chef du service addictologie du groupe hospitalier Littoral Atlantique de La Rochelle, donne des conseils : contacts de professionnels ; méthodes et démarches à mettre en place…
Lire l'article

Evalujeu : site d'évaluation et de conseils personnalisés sur vos pratiques de jeu
Site Internet | Autorité de régualtion des jeux en ligne française ARJEL, consulté le 28 mars 2024
Consulter le site

Se tester en ligne
Tests | Addict' Aide, consulté le 28 mars 2024
Ces tests permettent de faire le point sur son utilisation des jeux d'argent, d'internet et des réseaux sociaux. Ils sont accompagnés de conseils et documents de prévention.

- Jeux d'argent / questionnaire ICJE - Faire le test en ligne
- Internet / test IAT (Internet Addiction Test) - Faire le test en ligne
- Facebook - Faire le test en ligne

Prévention

Ecrans - population générale

Les écrans parlons-en !
Vidéo | Promotion Santé Normandie, juin 2022
Série de 3 vidéos : Les écrans et vos enfants ; Se déconnecter des écrans ; Internet, réseaux sociaux.

Ecrans - jeunes



Faire le tour des écrans en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)
Guide | IREPS Bourgogne-France-Comté, mise à jour novembre 2022, 56 p.
Ce dossier documentaire présente des références bibliographiques sur la thématique de l'exposition des enfants et des adolescents aux écrans, avec une approche en promotion de la santé.



Les jeunes et le numérique : des clefs pour les accompagner
Guide | IREPS Nouvelle-Aquitaine, Agora·MDA, décembre 2021, 52 p.
Pour comprendre les enjeux de l'usage des écrans, guider les jeunes et conseiller les parents. Avec Marion Haza-Pery, psychologue clinicienne et Serge Tisseron psychiatre et président de l'association 3-6-9-12.

Jeux d'argent et de hasard - population générale

Ma dernière fois avec les paris sportifs, le témoignage de Julien
Podcast | Addict'Aide, 15 novembre 2022, 10'
Julien
raconte comment il a commencé à parier alors qu'il était mineur ; l'envie et le besoin d'argent ; la distance avec ses amis et l'inquiétude de ses parents ; les tentatives pour arrêter.

Jeux d'argent et de hasard - jeunes



Cahier engagé jeux d'argent et de hasard
Outil | CRIPS Ile-de-France, septembre 2024, 48 p.
Destiné aux 16-25 ans, ce cahier permet de comprendre les stratégies d'influence des distributeurs de JAH.

Dossier thématique « Jeux d'argent et de hasard »
Site Internet | Santé Addictions.fr, CIDJ, consulté le 28 mars 2024

- Contient : des fiches conseils, des quizz, une sélection d'applications pour limiter sa consommation, idées reçues… Consulter le site
- Une campagne de sensibilisation en ligne, *février 2024, 45''*

De février à juillet 2024, le CIDJ mène une campagne de sensibilisation sur les réseaux sociaux et Youtube à travers les témoignages de 12 influenceurs. Regarder la vidéo

Prévention du jeu excessif chez les adolescent.e.s et les jeunes adultes
Outils | SOS.jeu.ch, consulté le 28 mars 2024
Ces fiches, destinées aux enseignants du secondaire (en Suisse), visent à renforcer les connaissances des élèves sur les jeux d'argent ainsi que leurs compétences psychosociales. Attention, les ressources sont suisses, mais les fiches peuvent être adaptées par les enseignants en France.

Outils de prévention

Ecrans et jeux vidéo - jeunes



Manuels de soutien
Brochure | APLEAT ACEP

- **Manuel de soutien des jeunes gamers qui doivent vivre avec leurs parents h24**, *13 mai 2020, 6 p.*
- **Manuel de soutien pour les parents de jeunes, joueurs de jeux vidéo**, *13 mai 2020, 8 p.*



Écrans - en parler avec les ados : Guide pour les parents
Guide | Addiction Suisse, Lausanne, 2020, 20 p.
Quels sont les risques liés à l'utilisation des écrans ? Qu'est-ce qu'une utilisation « raisonnable » des écrans ? Où fixer la limite ? Comment trouver le juste milieu dans les règles éducatives ? Ce guide propose des pistes pour accompagner les enfants pour une utilisation judicieuse des écrans.
Télécharger le guide



Les écrans et moi, comment ça va ?
Brochure | CRIPS Ile de France, 2020
Télécharger la brochure

Info / Intox : les écrans
Outil | CRIPS Ile-de-France, 2022
Ce jeu de cartes permet d'amener un débat par le biais d'affirmations auxquelles on peut répondre par « info » (vrai) ou par « intox » (faux) sur les différents domaines du numérique.
En savoir plus et télécharger la fiche pédagogique et le jeu



Parents dans un monde d'écrans : petit guide à destination des parents pour accompagner leurs enfants sur les écrans
Guide | Association Douar Nevez et association Défis, 2022, 32p.
Ce guide fournit des conseils afin de bien accompagner [ses] enfants sur les écrans, en 4 chapitres : connaître, comprendre, accompagner et protéger.
Télécharger le guide



Guide pratique "La famille tout-écran" - Conseils en éducation aux médias et à l'information
Guide | Jean-Marie Panazol, Clemi, Canopé, mars 2019, 98 p.
Au sommaire de ce guide : #1 Apprendre à vos enfants à s'informer ; #2 Conseiller vos enfants sur l'usage des réseaux sociaux ; #3 Maîtriser le temps dédié aux écrans en famille ; #4 Protéger vos enfants des images violentes ; #5 S'engager et s'impliquer en tant que parents ; Des fiches pratiques.
Télécharger le guide



@dos - p@rents. Parlons net, jeux et enjeux
Brochure | CSAPA le Haut des Frets
Télécharger la brochure

Pour un usage des écrans qui nous fait du bien
Site Internet | PAUSE (Canada), consulté le 28 mars 2024
Pour les jeunes, les parents, les professionnels travaillant avec des jeunes : conseils ; recommandations ; limiter les risques ; évaluer sa situation ; ressources à télécharger ; espace professionnel…

Jeux d'argent, jeux de hasard



Flyer et affiche pour sensibiliser les jeunes
Outil | Santé Addictions.fr, CIDJ, 2023
Des supports à télécharger et à distribuer dans le cadre de vos échanges et actions de prévention.
Télécharger les documents



Du plaisir à l'excès : la question du jeu excessif
Brochure | IFAC, Institut Fédératif des Addictions Comportementales, 2018
Télécharger le document



Focus - Addiction aux jeux de hasard
Brochure | Addiction Suisse, Lausanne, réédition 2019, 4 p.
Télécharger le document

Sites Internet

*Sites consultés le 26 juillet 2024

Joueur Info service
Des conseils, espaces de discussion, une plateforme téléphonique et un chat, un annuaire des structures.

Stop jeu.ch
Site suisse, sur le jeu excessif. Avec des fiches pratiques à télécharger.

Tu joues.ch (jeu d'argent)
Promotion santé Valais, Suisse
Destiné aux jeunes. Le site propose des tests, courtes vidéos et conseils pour gérer ses pratiques de jeu en ligne.
Consulter le site

Le bon usage des écrans
Campagne d'information

Les écrans et les jeux vidéo
MILDECA

FamiNum.com : la première plateforme d'accompagnement des familles au bon usage du numérique
Consulter le site

3-6-9-12 : apprivoiser les écrans et grandir
Consulter le site

Mon enfant et les écrans
UNAF Union Nationale des Associations Familiales

Lignes directrices sur les habitudes de jeu à moindre risque
CCDUS, Canada, 2022
Nombreuses ressources destinées aux personnes qui jouent : conseils pour réduire les risques, conséquences négatives liées au jeu, personnes à risque, formes de jeux.

A qui s'adresser ?

Les structures de prise en charge spécialisées en addictologie

Les dispositifs de prise en charge spécialisés en addictologie sont répartis dans le secteur médico-social et le secteur sanitaire.

Le secteur médico-social comprend

- Les CSAPA - Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie
- Les CAARUD - Centres d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour Usagers de Drogues,
- Les CJC - Consultations Jeunes Consommateurs

Le secteur sanitaire regroupe :

- Les consultations hospitalières en addictologie,
- Les soins de suite et de réadaptation en addictologie,
- Les hôpitaux de jour,
- Les ELSA - Equipes de Liaison et de Soins en Addictologie

Les structures de prise en charge spécialisées en addictologie
Retrouvez toutes les coordonnées des structures de la région Sud sur le site Internet d'ARCA-Sud : les CSAPA (Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) ; les CAARUD (Centres d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour Usagers de Drogues)…

Les Consultations Jeunes Consommateurs (CJC)
Les CJC apportent une réponse aux demandes des jeunes et de leurs parents en difficulté avec les consommations de produits ou des conduites addictives. Elles accueillent tous les jeunes de moins de 25 ans et leur famille ou entourage proche, qui souhaitent une information ou une prise en charge de leur consommation.
Retrouvez toutes les coordonnées des CJC en région PACA dans l'annuaire d'ARCA-Sud.

ARCA-Sud
Professionnels, usagers et leur entourage, vous avez besoin d'une information ou orientation en addictologie ?
Contactez ARCA-Sud : 04 88 926 888 – www.arca-sud.fr