

DÉPÊCHE DU 02/07/2019

Alcool: initiative citoyenne pour un "Janvier sobre" en 2020

Mots-clés : #psychiatrie #santé publique #système digestif #prévention #patients-usagers #Mildeca #ANSP #hépatites #addiction

PARIS, 2 juillet 2019 (APMnews) - Laurence Cottet, présidente des associations Méthode H3D et France janvier sobre, et Pascal Mélin, président de SOS Hépatites, lancent l'opération de prévention "Janvier sobre" en 2020 afin d'inciter chacun à s'interroger sur sa consommation d'alcool, ont-ils annoncé mardi dans un communiqué.

Cette initiative citoyenne, soutenue par le CHU de Grenoble, fait écho aux opérations *Dry January* au Royaume-Uni et à la Tournée minérale en Belgique. Elle invite les Français à relever le défi de ne pas boire ou peu d'alcool durant un mois, indiquent les associations dans un communiqué.

"Après les fêtes de fin d'année, rien de tel pour se remettre en forme! Devenons tous des consom'acteurs et restons dans l'alcool plaisir en limitant ses dangers", proposent-elles.

Rappelant que, selon le Larousse, "sobre" désigne le fait de boire avec modération, et en particulier peu de boissons alcoolisées, les associations estiment que "ce sera une formidable occasion donnée à chacun de s'interroger sur sa consommation d'alcool" à la lumière des nouvelles recommandations de Santé publique France diffusées en mars (cf [dépêche du 26/03/2019 à 02:00](#)).

Des données montraient qu'en 2017, près d'un quart des adultes en France ont dépassé le nouveau repère de consommation d'alcool dans au moins l'une de ses trois dimensions, c'est-à-dire de ne pas consommer plus de 10 verres d'alcool standard par semaine et pas plus de 2 verres standard par jour, ainsi que d'avoir des jours dans la semaine sans consommation.

Dans le cadre de l'opération Janvier sobre, qui est une marque déposée avec Mois sobre, les trois associations prévoient notamment de lancer un site internet début septembre et d'organiser des rencontres citoyennes en janvier dans toute la France.

Elles prévoient aussi de lancer un appel aux dons pour soutenir le projet, précisant que les financements provenant des alcooliers, des sociétés, associations ou structure liées à la promotion ou/et la vente d'alcool seront exclus.

Laurence Cottet est une ancienne alcoolique qui relate, dans un livre paru en 2015, son parcours et sa méthode dite H3D (pas de honte à se faire aider, l'honnêteté, l'humilité et le désir de s'en sortir). Abstinente depuis 10 ans, elle est devenue patiente expert.

Elle a lancé d'abord Janvier sobre comme un groupe Facebook en janvier 2019, une initiative alors soutenue par le groupe VYV, l'Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie (Anpaa) et le Fonds actions addictions.

Les pouvoirs publics veulent aussi mettre en place un premier "mois sans alcool" en janvier 2020, at

indiqué François Bourdillon, peu après avoir quitté la direction de Santé publique France (cf [dépêche du 24/06/2019 à 11:55](#)).

Lors des journées nationales de la Fédération addiction, mi-juin à Perpignan, dans une vidéo diffusée lundi, le président de la Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (Mildeca), Nicolas Prisse, a indiqué espérer lancer en janvier 2020, avec le ministère des solidarités et de la santé et Santé publique France, un premier *Dry January* à la française.

Id/eh/APMnews

[LD6PU0T08]

POLSAN - ETABLISSEMENTS SNC

Aucune des informations contenues sur ce site internet ne peut être reproduite ou rediffusée sans le consentement écrit et préalable d'APM International. Les informations et données APM sont la propriété d'APM International.

©1989-2019 APM International - https://www.apmnews.com/print_story_pdf.php?uid=&objet=337873