



**DRY JANUARY**<sup>®</sup>  
CH

Lausanne, Berne, le 27 décembre 2024

## Dry January : une 5<sup>e</sup> édition qui s'empare des villes

En janvier 2025, la cinquième édition du Dry January en Suisse mettra à l'honneur la série d'événements intitulée « Sober Nights, Better Vibes ». Chaque jeudi, une animation est organisée dans une ville de Suisse, permettant d'aller à la rencontre de la communauté du Dry January. D'autres animations sont mises sur pied pour inviter les personnes à réfléchir à leur consommation d'alcool voire à y renoncer durant tout le mois de janvier.

Lancé en Grande-Bretagne, le Dry January est aujourd'hui la campagne de prévention liée à la consommation d'alcool la plus connue de Suisse. En 2023, 56,6 % de la population suisse âgée de plus de 18 ans connaissait le Dry January (contre 46,2 % en 2021). Une personne sur huit y participe. Les motivations d'y participer diffèrent : il y a les « Sober Curious », les personnes curieuses de tenter l'expérience d'un mois sans alcool, tandis que d'autres veulent faire du bien à leur corps et à leur esprit au lendemain de fêtes de fin d'année parfois très arrosées. Des effets à court terme sont démontrés, entre autres, 69% des personnes se sentent plus en forme et près de 72% consomment moins de boissons alcoolisées, même après janvier.

Depuis son lancement en Suisse en 2021, marqué par un contexte de pandémie et une présence essentiellement virtuelle, le Dry January s'incarne désormais au plus près de la population. Des événements gratuits ont lieu chaque jeudi dans différentes villes suisses, dans des lieux étroitement liés à la consommation d'alcool. Ces rendez-vous offrent une occasion de redéfinir notre perception des bars et des soirées festives. Ils constituent également un pas significatif pour accueillir et valoriser la communauté de celles et ceux qui choisissent de faire une pause dans leur consommation d'alcool en janvier. Le programme des jeudis « Sober Nights, Better Vibes » est le suivant :

- 9.1 – 18h30 : visite sur processus de fabrication et dégustation de bière sans alcool, Brasserie La Nébuleuse, Renens.
- 16.1 – 18h : barathon Dry Pub Crawl, Waldmeier Bar, Aarau.
- 23.1 – 18h : soirée de lectures thématiques et danses de Harumi Mumenthaler, Twentys Cocktailbar, Bienne.
- 30.1 – 18h30 : discussion avec l'auteure engagée sur les questions de société et de normes sociales Anna Rosenwasser, Karl der Grosse, Zurich.

Parmi les autres animations, Ginkgo, responsable du travail social de proximité de la ville de Vevey, tiendra un stand dans le cadre de son programme de prévention par les pairs (Prév'Rives) les samedis 11 et 25 janvier 2025 de 13h à 17h, Place du 14 juin, pour aller à la rencontre des jeunes. Addiction Jura a organisé des stands à Delémont et Porrentruy le 20 décembre 2024 pour sensibiliser la population avant le 1<sup>er</sup> janvier. Avec la FVA, la FEGPAC, Addiction Neuchâtel, Croix-Bleue romande, ces institutions partenaires sont de la partie pour conseiller et accueillir toute personne désireuse d'en savoir plus sur sa consommation d'alcool. Co-organisée par le GREA et la Croix-Bleue Suisse, ainsi que par Addiction Suisse et le Fachverband Sucht, la cinquième édition de cette campagne de prévention collective fera également l'objet d'une étude d'impact.

### Contacts :

**Suisse alémanique** : Luna Hannappel, Croix-Bleue Suisse, responsable de projet Dry January, 076 720 12 79 ; Martin Bienlein, Croix-Bleue Suisse, porte-parole de la Croix-Bleue Suisse, 079 228 96 04

**Suisse romande** : Célestine Perissinotto, GREA, responsable de projet Dry Romandie, 078 756 96 67

Le Dry January est soutenu par :



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
Bundesamt für Gesundheit BAG



Fachverband  
Sucht