

Communiqué de presse, 12 mai 2026

Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool 2026 : en finir avec les idées reçues

Les personnes qui présentent une consommation problématique ou une dépendance à l'alcool sont souvent confrontées à des préjugés ou à des réactions négatives, ce qui peut les conduire à taire leur situation et à chercher du soutien tardivement. La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool, le 21 mai prochain, invite à questionner les idées reçues à propos des problématiques de consommation et vise à encourager une attitude respectueuse vis-à-vis des personnes concernées en misant sur l'information.

En Suisse, 16 % de la population présente une consommation d'alcool problématique, et quelque 250 000 personnes sont estimées alcoolo-dépendantes. Ces personnes tardent souvent à chercher de l'aide, voire y renoncent, en grande partie à cause de la stigmatisation dont elles sont l'objet. Des sondages montrent qu'une majorité de personnes en situation d'addiction sont concernées.

Les mythes favorisent la stigmatisation et font obstacle au soutien

Les idées reçues et les mythes autour des problèmes d'alcool et des personnes alcoolo-dépendantes sont largement répandus. Ils influencent l'attitude de la société vis-à-vis des personnes concernées et peuvent amener celles-ci à se sentir exclues et à taire leur situation par crainte d'être rejetées. Bien souvent, les proches sont eux aussi déstabilisés. Or, un soutien précoce revêt une importance fondamentale.

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool, qui aura lieu le 21 mai, met par conséquent l'accent sur les idées reçues les plus courantes et appelle à soutenir au lieu de juger.

Beaucoup pensent que les personnes concernées sont seules responsables de leur problème

La dépendance est souvent considérée comme une défaillance personnelle. Dans les faits, pourtant, ces situations s'expliquent par une diversité de facteurs. Les causes peuvent être liées à la personne elle-même (prédisposition génétique ou expériences de vie, p. ex.), à son entourage ou au cadre sociétal, comme la disponibilité et le prix de l'alcool.

Si le changement de comportement ne peut venir que de la personne concernée elle-même, il appartient à son entourage et à la société de créer les conditions les plus favorables pour le faciliter. Blâmer, c'est méconnaître la complexité des situations d'addiction.

Beaucoup pensent que les personnes concernées sont faibles

Aujourd'hui encore, on reproche souvent aux personnes concernées leur manque de volonté. Un reproche qui ne tient pas compte de la réalité. L'alcool modifie notamment les mécanismes cérébraux liés à la récompense, à la motivation et à la régulation des impulsions, ce qui peut rendre la consommation difficile à contrôler. L'envie impérieuse

de consommer ne saurait par conséquent être réduite à une simple faiblesse de caractère. En attribuant le problème à une faiblesse de caractère, on aggrave la perte de confiance et la honte. Cela rend le dialogue difficile et fait obstacle à la recherche d'aide.

Soutenir au lieu de juger

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool 2026 entend en finir avec les préjugés courants : en rejetant la faute sur les personnes concernées, on les rend seules responsables, sans tenir suffisamment compte du cadre sociétal.

Une approche respectueuse et éclairée des consommations problématiques et de la dépendance à l'alcool est déterminante pour favoriser le dialogue et permettre un soutien précoce. Les professionnel·le·s, les employeurs, les médias et la société tout entière jouent un rôle important dans ce domaine. Les [services régionaux spécialisés dans les addictions](#) proposent des informations, des conseils et un accompagnement à bas seuil, sans stigmatisation et en toute confidentialité. Ils soutiennent également les personnes concernées et leurs proches en cas de doutes et répondent à leurs premières questions. À l'occasion de la Journée d'action, ils attirent l'attention sur leurs offres à travers des activités variées.

Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool est organisée par le Groupement Romand d'Études des Addictions (GREA), Fachverband Sucht, Addiction Suisse, la Croix-Bleue Suisse et Ticino Addiction avec le soutien financier du Fonds national de prévention des problèmes liés à l'alcool. Elle sensibilise le public à la question de l'alcool et aux difficultés auxquelles sont confrontées les personnes qui ont une consommation problématique et leurs proches. Elle offre aux organisations un cadre pour leurs activités de sensibilisation.

Informations complémentaires

www.aktionstag-alkoholprobleme.ch/fr

- [Activités](#) dans les régions
- Offres de soutien régionales : www.indexaddictions.ch
- [Cartes](#) Mythes et réalités à propos de la dépendance à l'alcool
- [Visuels](#) de la Journée
- Si vous le souhaitez, nous pouvons vous mettre en contact avec des personnes concernées.

Renseignements :

Addiction Suisse

Monique Portner, porte-parole
mportner-helfer@addictionsuisse.ch
Tél. 021 321 29 74

Fachverband Sucht

Facia Marta Gamez,
co-secrétaire générale
martagamez@fachverbandsucht.ch
Tél. 076 830 20 65

GREA

Célestine Perissinotto,
responsable de projet
c.perissinotto@grea.ch
Tél. 078 756 96 67

Croix-Bleue

Martin Bienlein, porte-parole
martin.bienlein@blaueskreuz.ch
Tél. 079 228 96 04

Ticino Addiction

Marcello Cartolano, président
marcello.cartolano@ticinoaddiction.ch
Tél. 091 973 30 30

