



**DRY JANUARY**<sup>®</sup>  
CH

Lausanne, Berne, Zurich, le 30 décembre 2022

## Coup d'envoi du Dry January 2023

Plusieurs millions de personnes participeront au « Dry January » (janvier sans alcool) en Europe à partir du 1<sup>er</sup> janvier. En Suisse, le coup d'envoi de l'expérience a été donné hier au Cabaret Voltaire de Zurich devant un parterre de personnes invitées, influenceuses et professionnelles. A l'occasion d'un podium de discussion, des personnalités du monde politique, économique et des addictions ont pu croiser leurs regards sur le rapport de notre société à l'alcool. Le voile a été levé sur le premier cocktail officiel sans alcool du « Dry January ». Le troisième Dry January est organisé par la Croix-Bleue Suisse, le GREA, le Fachverband Sucht et Addiction Suisse.

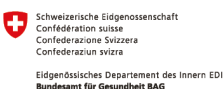
Après deux éditions organisées dans des contextes de semi-confinement, le troisième Dry January a été lancé hier à Zurich dans le cadre d'un événement festif en présence d'influenceur-euse-s, de politiques, de professionnel-le-s et de représentant-e-s de l'économie. Les invité-e-s présent-e-s ont pu déguster le « Dry-Tai », premier cocktail officiel du Dry January en Suisse créé par Dirk Hany, barkeeper 2020 pour la marque Rebels 0.0 (partenaire officiel du Dry January). Après un show de cocktail, un podium de discussion a réuni la Conseillère nationale Liliane Studer ; le directeur de la Psychiatrie de St-Gall Nord Thomas Maier ; le fondateur de Rebels 0.0 Christof Treppe ; Maria Brehmer, coach pour une vie sans alcool et ex-consommatrice ; ainsi que Reto E. Wild, rédacteur en chef de GastroJournal. La table ronde avait comme thème : renoncer à l'alcool, est-ce vraiment pertinent ?

C'est certainement la question que des milliers de personnes en Suisse se posent à la veille du 1<sup>er</sup> janvier 2023 : un « break » en vaut-il la peine ? Des études montrent qu'un mois sans alcool permet de se sentir mieux, peut favoriser le sommeil et aider à perdre du poids.

Malgré une baisse de la consommation ces 30 dernières années, l'alcool reste un problème majeur de santé publique et la prévention est insuffisante. Le Dry January s'inscrit dans la mission des associations organisatrices – GREA, Croix-Bleue Suisse, Addiction Suisse, Fachverband Sucht – de porter le débat sur la place publique tout en diffusant des messages de prévention dynamiques. Comme par le passé, le Dry January invite la population à réfléchir à sa propre consommation d'alcool et à faire une pause durant un mois ; la campagne se déroule majoritairement sur le site internet et les réseaux sociaux. Newsletters et flyers, vidéos, posts et memes peuvent aider à soutenir la démarche que chacune et chacun fait sur une base volontaire, sans pression.

En filigrane, le Dry January évoque tous les à-côtés de cette expérience : quelle place occupe l'alcool dans nos vies ? comment renoncer à l'alcool ? quelle sera la réaction des proches et amis ? ne pas boire (ou trop boire) est-il stigmatisant ? quelles alternatives ?

Le Dry January est soutenu par



Le Dry January fête ses 10 ans. Né en Grande-Bretagne en 2013, il a séduit durant sa première année 4'000 personnes. Aujourd'hui, 9 millions de Britanniques prévoient de le faire en 2023 (CP Dry UK). Il est organisé en France, en Allemagne, en Finlande et des démarches similaires se déroulent en Belgique ou au Luxembourg. Dans la communauté francophone internationale, une collaboration s'est créée entre les organisations des addictions. Un premier webinaire commun « Happy Hours » pour parler alcool aura lieu le 17 janvier à 20h00 en ligne.

En Suisse, le mouvement s'est bien installé en deux ans : 6'000 personnes se sont inscrites sur le site en 2022 [www.dryjanuary.ch](http://www.dryjanuary.ch) et bien plus de personnes le suivent en intégralité ou partiellement. Plus une trentaine d'associations des addictions en Suisse romande et en Suisse alémanique sont partie prenante du projet. Il est soutenu par l'Office fédéral de la santé publique.

#### Contacts :

- Célestine Perissinotto, responsable projet Dry January, GREA 078 756 96 67
- Laetitia Gern, responsable réseaux sociaux Dry January, Croix-Bleue romande 079 799 85 72

#### Réseaux :

- *Site internet* : [www.dryjanuary.ch](http://www.dryjanuary.ch)
- *Instagram* : [@dryjanuaryromandie](https://www.instagram.com/dryjanuaryromandie)
- *Facebook* : [@DryJanuaryRomandie](https://www.facebook.com/DryJanuaryRomandie)
- *Twitter* : [@DryRomandie](https://twitter.com/DryRomandie)

**Lien sur** les photos du coup d'envoi « Dry Night » le 29.12.2022 au Cabaret Voltaire à Zurich  
<https://we.tl/t-adaCYet2po>



Podium de discussion : de gauche à droite Reto W. Wild, Maria Brehmer, Thomas Maier, Liliane Studer et Christof Trempp



John Gerald Marquez, Champion 2022 « Best Flair Cocktail », Championnats suisses de cocktail mixant un cocktail Dry-Tai


**DRY JANUARY<sup>®</sup>**  
 CH

# DRY-TAI CRÉÉ PAR DIRK HANY

LA BOISSON OFFICIELLE DU DRY JANUARY<sup>CH</sup> 2023

- 3 CL REBELS 0.0%  
RUM ALTERNATIVE
- 3 CL REBELS 0.0%  
AMARETTO ALTERNATIVE
- 3 CL JUS D'ANANAS
- 1 CL JUS D'ORANGE
- 2 CL JUS DE CITRON VERT



**À GOÛTER MAINTENANT!**

REBELS

**FREEING  
THE SPIRIT  
OF SPIRITS.**

0.0%

DIRK HANY, REBELS 0.0% BRAND AMBASSADOR AND OWNER  
 OF THE RENOWNED BAR IN ZÜRICH «BAR AM WASSER»  
 CREATED THE DRY JANUARY 2023 OFFICIAL COCKTAIL.