

# Happy Hours : la conférence qui fait du bien

## Speed-meetings francophones en ligne le 17 janvier de 20h00 à 21h30

Et si le sans alcool rimait aussi avec célébration et plaisir ? Le début de l'année est celui du Dry January, de la Tournée minérale et d'autres actions qui invitent la population à faire une pause d'alcool. Ce mouvement nous encourage, nous, organisations des addictions, à vous convier à en parler avec légèreté et sans modération.

La conférence propose des speed-meetings lors desquels des intervenantes et intervenants croiseront leurs regards dans la communauté internationale francophone (Belgique, France, Luxembourg, Québec, Suisse) sur nos habitudes, nos représentations et les interventions possibles. Le public pourra poser ses questions, livrer ses remarques et interagir via le chat. Ambiance décontractée et festive assurée. La conférence est gratuite.

## Programme

### 20.00 – 20.10 **Salutations des organisations internationales et introduction**

Animation : Grégory Lambrette, psychothérapeute, Arcus (LU) et Pascale Hensgens, coordinatrice de projets, Fedito Wallonne (BE). Animation chat : Martin Eguireun, chargé de projet, AIDQ (QU)

### 20.10 – 20.20 « 360 degrés »

Un tour express de nos croyances et de nos représentations sur l'alcool, croisé avec la réalité du terrain et les impératifs de santé publique. Nos invités nous emmèneront dans un voyage culturel et politique de la boisson.

- Jean Clot, sociologue, spécialiste des addictions, GREA (CH)
- Pierre-André Juven, adjoint Santé, Ville de Grenoble (FR)

### 20.20 – 20.30 « Gin TONIC »

De l'intention à l'action de faire une pause de consommation d'alcool, il y a souvent un chemin à parcourir. Les pairs peuvent aider à trouver la tonicité à franchir le pas et à la garder sur la durée. Comment motiver ? Deux personnes concernées vont livrer leurs recettes.

- Benjamin Tubiana, responsable plaidoyer, Fédération Addiction, participant au Dry January depuis 2020 (FR)
- Sandra Pinel, patiente-experte (FR)

### 20.30 – 20.40 « Au plaisir ! »

C'est la condition sine qua non à notre évolution et l'arme redoutable à tout changement. Le plaisir ne se mesure pas toujours en degrés ou en pour mille. Déguster, savourer, activer notre système de récompense passe souvent par la connaissance de soi.

- Edgar Szoc, formateur, Prospective Jeunesse (BE)
- Pascal Gache, médecin généraliste - alcoologue (CH)

### 20.40 – 20.50 **Petit intermède Wooclap**

Martin de Duve, directeur, Univers santé, et promoteur, Tournée minérale (BE)

### 20.50 – 21.20 Discussion générale – échanges avec les intervenantes et intervenants

### 21.20 – 21.30 Clôture