



## COMMUNIQUE DE PRESSE

### **Pour faire durer le plaisir, faire une pause-alcool...**

**Le jeudi 12 Décembre 2019 à Paris,**

[Dans une tribune parue le 9 décembre dans Le Figaro](#), de grands cuisiniers, des sportifs, des artistes, se posent en défenseurs du goût et de la tradition et s'attaquent au projet de faire l'expérience d'une pause avec l'alcool en janvier avec le « [Défi De Janvier](#) ». Le mythe du « français bon vivant » sous-jacent à leurs propos permet de justifier et d'entretenir l'idée des consommations d'alcool excessives, problématiques voire dépendantes. Il faut garder à l'esprit que 20% de la population consomment 80% de l'alcool vendu en France, et que ces 20% de sur consommateurs sont nécessaires à la bonne santé de la filière alcool.

Lancé sur un mode ludique, que chacun est libre de relever à sa manière, sans interdiction, culpabilisation ou moralisme, le « Défi De Janvier » n'est pas l'injonction prohibitionniste qu'évoque étrangement cette tribune. Refus de questionner une conception de la vie sociale qui repose sur la seule consommation d'alcool ou ignorance du sujet, difficile de répondre à la place des signataires, mais ce qu'ils dénoncent n'est pas l'opération qui est proposée à nos concitoyens.

Le « Défi De Janvier » est porté par des acteurs de la société civile<sup>(1)</sup>, dans sa diversité, soignants certes, mais aussi par la jeunesse, des sportifs, des associatifs, des citoyens... Ils aiment profiter de la vie et de ses plaisirs, avec une curiosité qui dépasse les limites des canons figés de certaines traditions et des normes sociales de consommation qui l'imposent parfois. Respectueux de la culture, dans sa diversité, ils apprécient certes les plaisirs mais en connaissent bien aussi les risques. C'est pourquoi, devant cette équation auquel chacun se confronte, ils proposent ce défi qui consiste à questionner l'injonction permanente à boire de l'alcool et à analyser ses capacités de contrôle.

Les plaisirs de la vie sont à la fois nombreux et divers, et l'expérience de nos collègues à l'étranger montre l'intérêt d'une pause dans la consommation d'alcool : elle procure à la fois une sensation de bien-être, une amélioration du sommeil, et souvent une perte de poids bienvenue.

Les gardiens trop sourcilleux des "traditions" ne pourront empêcher chacun de se fixer on non, en toute liberté et toute responsabilité, les termes du « Défi De Janvier ». C'est l'ambition collective que nous portons et nous sommes chaque jour plus nombreux à le faire.

**Bernard Basset** (VPdt ANPAA), **Amine Benyamina** (Pdt FFA), **François Bourdillon** (Médecin Santé Publique), **Jean-Michel Delile** (Pdt FA), **Axel Kahn** (Pdt LNCC), **Michel Reynaud** (Pdt F2A), **Christian Tremoyet** (Pdt Adixio).

#### Contact presse :

**Dr Bernard Basset, Vice-président**

**Tél : 07 86 55 54 53**

[comm@anpaa.asso.fr](mailto:comm@anpaa.asso.fr)

<sup>(1)</sup> *Collectif des partenaires du Dry January – Le Défi De Janvier : ADIXIO, ADDICT'ELLES, AIDES, AJPJA, ANPAA, Avenir Santé Jeunes, CAMERUP, Collège de Médecine Générale, CUNEA, CoPMA, FAGE, Fédération des Acteurs de la Solidarité, Fédération Addiction, Fonds Actions Addictions, Fédération Française d'Addictologie, FNAS, FPEA, France Assos Santé, Groupe MGEN, La Ligue Contre le Cancer, Société Française d'Alcoologie, Société Française de Santé publique, SNFGE, SOS Addictions, UNIOPSS.*