



Paris, le 25 novembre 2019
Communiqué de Presse

JANVIER SØBRE

L'INITIATIVE CITOYENNE FRANÇAISE TOTALEMENT INDÉPENDANTE FINANCIÈREMENT

REJOIGNEZ-NOUS !

**LES 28 PARTENAIRES ENGAGÉS DEPUIS 11 MOIS LANCENT UN APPEL
À TOUS LES ACTEURS PROFESSIONNELS LIÉS À L'ADDICTOLOGIE
(Fédérations françaises d'addictologie, Sociétés savantes en addictologie,
Associations de prévention dirigées par des professionnels de santé...)**

JANVIER SØBRE : depuis un an, le dispositif est déjà en place !

JANVIER SØBRE 2020 est un dispositif déjà en marche avec :

- **28 associations de patients, usagers, fondations et de professionnels de santé**
- **Des communautés d'entraide sur Facebook qui regroupent plus de 5 000 personnes**
- **Un site Internet : www.janviersobre.info**
- **Des outils gratuits d'accompagnement et de soutien**
- **14 rencontres citoyennes déjà planifiées au mois de janvier**
- **11 mois de travail**
- **1 première édition déjà organisée en 2019**
- **Pas d'argent public, pas de soutien financier de la part des alcooliers***
- **Les vœux de réussite de la Présidence de la République**

JANVIER SØBRE vs JANVIER SEC ?

Les partenaires de JANVIER SØBRE 2020 s'étonnent de la polémique actuelle. Certains professionnels des addictions prônent à la fois : une abstinence totale pendant un « Janvier Sec » ET une modération de la consommation ? Ceci crée une incompréhension dans l'opinion qui ne peut être que contreproductive. JANVIER SØBRE a été créé par une patiente-experte en addictologie : un vécu qui vaut bien expertise. C'est pourquoi JANVIER SØBRE invite tous ceux qui se sentent concernés à tester le dispositif et relever le défi.

JANVIER SØBRE : un dispositif complet


Imaginée par Laurence Cottet, ancienne alcoolique et patiente-experte en addictologie, **JANVIER SØBRE** est une action de sensibilisation à la consommation d'alcool et son impact sur la santé.

En 11 mois, 28 partenaires associatifs, patients, usagers, fondations et professionnels de santé ont souhaité rejoindre le mouvement, notamment : le Professeur Catherine Tourette-Turgis, Professeur des Universités et fondatrice de l'Université des Patients, et des associations de patients : « Méthode H3D / France Janvier SØbre » présidée par Laurence Cottet, « SOS Hépatites Champagne Ardenne » présidée par le Dr Pascal Mélin, « SOS Hépatites Bourgogne Franche Comté » co-présidée par Laurence Garbet et Juliette Pont, Anny Duperey, Actrice et Romancière...

**JANVIER SØBRE reprend les références recommandées par l'agence Santé Publique France :
'pour votre santé, maximum deux verres par jour et pas tous les jours'**


- Le site www.janviersobre.info propose des conseils, des recettes de cocktails sans alcool pour apprendre à concilier vie sociale et consommation réduite d'alcool, voire sans alcool du tout. On y trouve également de nombreux témoignages, des interviews d'experts...
- **Dès le 1^{er} janvier 2020, le JANVIER SØBRE invitera les Français qui le souhaitent à relever le défi :**
Quels seront vos jours « SANS alcool » pendant JANVIER SØBRE 2020 ?
Objectif : minimum 2 jours par semaine ! Un questionnaire d'évaluation des bénéfices ressentis ou/et des difficultés rencontrées pendant ce mois sobre sera en ligne. Ainsi, chacun pourra évaluer son rapport à l'alcool, prendre conscience des enjeux pour sa santé et adopter les mesures qui s'imposent.
Attention, « Pour votre santé, maximum 2 verres par jour et pas tous les jours » en ne dépassant pas 10 verres/ semaine selon Santé Publique France (c'est la limite à ne pas dépasser et en aucun cas des repères de consommation à atteindre).
- **Un programme de rencontres gratuites et ouvertes au public**, malades, aidants, familles, soignants, acteurs du monde du travail, jeunes... est en cours d'élaboration : Bordeaux, Bourg-en-Bresse, Dijon, Grenoble, Le Havre, Lyon, Mâcon, Marseille, Metz, Nantes, Paris, Roanne, Saint-Étienne, Valence.
Le calendrier détaillé sera disponible sur le site à partir du 2 décembre.
- **Un guide pour réussir son MOIS SØBRE** à paraître chez InterEditions, le 2 janvier prochain. Les recettes des ventes de ce livre seront intégralement reversées à l'association JANVIER SØBRE.
Pour en savoir plus sur l'ouvrage : <https://bit.ly/33SG1ce>



 Groupe fermé
Open libre de toutes addictions

 Groupe fermé
Mois Sobre

 Groupe fermé
Alcool Addict Arrêt

 Groupe fermé
Voir plus loin que le fond de son verre

Il est porté par 3 Associations :

- l'Association loi 1901 « Méthode H3D / France Janvier Sørensen » présidée par Laurence Cottet
- l'Association « SOS Hépatites Champagne Ardenne » présidée par le Dr Pascal Mélin
- l'Association « SOS Hépatites Bourgogne Franche Comté » co-présidée par Laurence Garbet et Juliette Pont

Il a les vœux de réussite de la Présidence de la République

et est soutenu par 25 partenaires :

- Annie Duperey, Actrice et Romancière
- le Pr Catherine Tourette-Turgis, Fondatrice de l'Université des patients - Sorbonne Université - Paris
- la Fondation du BTP - reconnue d'utilité publique - présidée par Didier Charbonnel
- la mutuelle MBTP - groupe Apicil - dirigée par Annie Pinault
- la Fondation APICIL contre la douleur, dirigée par Nathalie Aulnette
- l'Association « 60 000 Rebonds », présidée par Guillaume Mulliez
- l'IFBTP Rhône-Alpes, dirigé par Bertrand
- Virginie Hamonnais - Réalisatrice et Assistante de production - Auteure de « Noyée dans l'alcool » aux Éditions Max Milo
- Jean-François Lajeunesse, auteur de « Des foulées pour renaitre » - *Courir pour s'arrêter de boire et revivre* - aux Éditions Coiffard
- l'« Association Française des Malades de la Thyroïde » présidée par Chantal L'Hoir
- l'Association « ADAC 13 » présidée par Josette Le Gall
- l'Association « AFL + » présidée par Marianne Rivière
- l'Association « ANDAR » présidée par Danielle Vacher
- l'Association « Vivre Sans Alcool » présidée par Jean-Luc Coassy
- l'Association « APESAC » présidée par Marine Martin
- le service de Pharmaco-Addictologie du CHU Grenoble-Alpes
- Jean-Michel Louka - Psychanaliste - Président-Fondateur de l'Association Psychanalytique « GYNÉPSY »
- l'Association « AFIT&A » présidée par Isabelle Hamm et vice-présidée par Anne Pipon-Diakhaté
- le Réseau des professionnels en addictologie de la Loire « LOIRÉADD' », coordonné par Caroline Guiguet
- « OZE TV » la Web TV fondée par Alexandre Lemoine-Courx
- « Gueule de Joie » fondée par Jean-Philippe Braud
- les 4 groupes fermés Facebook « Mois Sobre », « Open Libre de toutes Addictions », « Alcool Addict Arrêt » et « Voir plus loin que le fond de son verre », totalisant à eux 4 plus de 5000 membres

* Attestation sur l'honneur d'absence de lien avec les opérateurs des filières d'offre de l'alcool

CONTACT-PRESSE :
AGENCE RELATIONS-PRESSE.NET
Delphine JULIE
01 84 20 05 37 – djulie@relations-presse.net