

Connaître
la Fédération
S'informer par thématique

Connexion

Username

Password

Remember Me

Connaître la fédération

- [Qui sommes-nous?](#)
- [Unions Régionales](#)
- [Addicta](#)

Dry January 2021 : une trentaine d'organisations réunies pour relever le Défi De Janvier

publié le 28/12/2020. | [Imprimer](#)

- [Productions](#)
- [Outils en ligne](#)
- [Prises de position](#)
- [Forma](#)  [Partager](#)
- [Événements](#)
- [Médias](#)

Communiqué du 28 décembre 2020

Pour cette nouvelle édition 2021, ce sont plus d'une trentaine d'associations & fédérations, de sociétés savantes, de groupements de patients et d'acteurs mutualistes, qui vont s'engager pour mener cette campagne.

• [Politiques publiques](#)
Pour rappel « Le Défi De Janvier » : c'est **une pause d'alcool pendant un mois pour donner du répit à votre corps (et votre porte-monnaie) mais également faire le point sur la place qu'occupe l'alcool dans son quotidien.** Les bénéfices sur la santé sont prouvés : perte de poids, meilleur sommeil, regain d'énergie, meilleure concentration et à terme, une consommation d'alcool mieux maîtrisée, même chez celles et ceux qui n'ont pas réussi complètement le défi.

• [Actualités sur les substances](#)
Cette édition s'annonce particulière dans le contexte de la pandémie de COVID-19. Si notre sociabilité est réduite, de nombreuses occasions de boire de l'alcool disparaissent. Mais à l'inverse, le premier confinement a également montré son impact sur la consommation d'alcool, avec une augmentation conséquente pour certains d'entre nous. Le défi pour chacun d'entre nous sera bel et bien d'évaluer son rapport à l'alcool et d'expérimenter les bienfaits d'une pause, dans un contexte anxiogène qui met en danger notre capacité à maîtriser nos émotions et donc nos consommations.

Ensemble relevons le Défi de Janvier !

- Twitter : [@fr_dry](#)
- Facebook : [DryJanuaryFR](#)
- Instagram : [dry_januaryfr](#)
- Web : [www.dryjanuary.fr](#)

L'application Try Dry est traduite en Français !

Cette année est aussi marquée par une nouveauté très attendue par les participants de l'an passé : **l'application Try Dry**, fidèle et précieuse alliée des participants au défi de janvier toute l'année, **est désormais disponible en français et en allemand automatiquement !**

Pilotée en France par le réseau de la Fédération Addiction, elle permet de suivre ses consommations et ses jours sans alcool, et se fixer des objectifs personnalisés en fonction de sa consommation et de sa volonté.

Elle rassemble déjà des millions d'utilisateurs anglophones, et va donc pouvoir bénéficier aux participants francophones à partir de maintenant !

Téléchargez l'application officielle : <https://dryjanuary.fr/lapplication-try-dry/>

Relevez le défi : <https://dryjanuary.fr/relever-le-defi/>



Les organisations investies :

- Addict'Aide
- Addict'Elles
- Addictolib
- ADIXIO
- AFEF (Société française d'hépatologie)
- Aides
- Alcool Assistance
- AJPJA (Association des jeunes psychiatres et des jeunes addictologues)
- APTITUD
- Association Addictions France (anciennement ANPAA)
- Avenir Santé Jeunes
- CAMERUP
- CIDJ (Centre d'information et de documentation jeunesse)
- CoP'MA
- Fédération Addiction
- Fédération des acteurs de la solidarité
- Fédération Française d'Addictologie
- France Assos Santé
- France Patients Experts Addictions
- Groupe VYV
- Harmonie Mutuelle
- L630
- La FAGE (Fédération des associations générales étudiantes)
- La Ligue contre le cancer
- La santé de la famille
- MGEN
- Mutuelle Entrain
- RESPADD (Réseau de prévention des addictions)
- Société Française d'Alcoologie
- Société Française de Santé Publique
- Sorbonne Université
- SOS Addictions
- Unis-Cité
- UNIOPPS
- Vie Libre

Pièces jointes

 [Télécharger le communiqué au format PDF](#)

[Télécharger le communiqué au format PDF](#)

Publié dans [Actualités Non classé](#)

Congrès 2021 | Pour une écologie de la santé : Accompagner et coopérer

Les 20 & 21 mai 2021 | Metz

[Visiter le site du congrès](#)

Actualités



[Dry January 2021 : une trentaine](#)

[d'organisations réunies pour relever le Défi De Janvier](#) publié le 28/12/2020

[Dry January 2021 – participation fédérative, partenariat et application](#) publié le 21/12/2020

[UR Grand Est : l'équipe de délégués est élue !](#) publié le 18/12/2020

[» voir toutes les actualités](#)

Agenda

28

Jan

2021

En ligne

[**Journée de présentation et d'analyse d'expérimentations – Programme de recherche EXPAIRs**](#)

29

Jan

2021

En ligne

[**3e journée nationale des ELSA : « L'adaptabilité au service des parcours de soin »**](#)

03

Fév

2021

[Sixième colloque international francophone sur le traitement de la dépendance aux opioïdes \(TDO6\)](#)

[» voir tous les événements](#)

[Médiathèque](#)

Annonces Emploi

Offres d'emploi

[» voir toutes les offres](#)

Demandes d'emploi

[» voir toutes les demandes](#)

[» proposer une demande](#)

[» voir toutes les annonces d'emploi](#)

[Intervenir addictions,
le portail des acteurs de santé](#)

[Congrès 2021 | Pour une écologie de la santé : Accompagner et coopérer](#)

[Dry January, relevez le Défi de Janvier !](#)

 [facebook](#)

[S'abonner à la newsletter](#)

FÉDÉRATION ADDICTION

104 rue Oberkampf - 75011 Paris

Tel : 01 43 43 72 38

Fax : 01 43 66 28 38

infos@federationaddiction.fr

[Mentions légales](#) | [Politique de confidentialité](#) | [Plan du site](#)

La Fédération rassemble des professionnels mais n'accompagne pas directement les personnes concernées par l'addiction. Si vous ou votre entourage rencontrez des difficultés, rendez-vous sur :

 [Drogues Info services](#)

Nous utilisons des cookies pour vous garantir la meilleure expérience sur notre site web. Si vous continuez à utiliser ce site, nous supposons que vous en êtes satisfait. [Ok](#) [Politique de confidentialité](#)