

Dry January – Schlüsselbotschaften (kurze Version)

Was will der alkoholfreie Januar erreichen?

- Einen massvollen und verantwortungsvollen Alkoholkonsum,
- die eigene Reflexion des Trinkverhaltens,
- ein gesundes Selbstbild zu schaffen,
- Gewinn durch Verzicht, positive Auswirkungen auf den Gesundheitszustand,
- möglichst viele in der Schweiz lebende Personen in der Schweiz zu motivieren zum Versuch des Verzichts,
- eine öffentliche Diskussion anzuregen,
- mehr Akzeptanz des Nicht-Trinkens und Nein-Sagens aufzubauen,
- die Gewohnheit von alkoholischen Getränken an bestimmten Anlässen zu durchbrechen,
- für die schädlichen Folgen von risikoreichem Alkoholkonsum sensibilisieren