



DRY JANUARY®
CH

Dry January - Schlüsselbotschaften

Schlüsselbotschaften zur Förderung und Einbeziehung in die Kampagne

1. Dry January ist eine Chance für die Menschen, ihre Beziehung zum Alkohol neu zu gestalten.
2. Dry January ist gut für Ihren Geldbeutel, Ihre Haut, Ihre Energie, Ihr Gewicht und Ihr geistiges Wohlbefinden.
3. Ein Monat ohne Alkohol hat auch eine positive Wirkung auf Ihren Körper, indem er Leberprobleme, Blutdruck und Krebsproteine reduziert.
4. Dry January kann Ihnen dabei helfen, den Alkoholkonsum langfristig in den Griff zu bekommen.
5. Dry January ist für alle, die glauben, dass sie von einer Pause vom Alkohol profitieren würden.
6. Menschen, die sich für den Dry January anmelden, haben eine doppelt so hohe Erfolgswahrscheinlichkeit wie Menschen, die versuchen, es allein zu schaffen.
7. Dry January ist NICHT für Menschen, die körperliche Entzugserscheinungen wie Schwitzen, Zittern oder Kopfschmerzen haben, wenn sie mit dem Trinken aufhören. Wenn dies bei Ihnen der Fall ist, suchen Sie dringend ärztliche Hilfe auf, da solche Symptome gefährlich sein können.
8. Personen, die sich für den Dry January anmelden, erhalten kostenlose Tipps und Ratschläge, damit sie den Monat optimal nutzen können.
9. Am einfachsten melden Sie sich über die Try Dry-App an.
10. Die Try Dry-Anwendung, die Unterstützungs-E-Mails und die private Facebook-Gruppe sind auf Englisch, werden aber demnächst auf Deutsch und Französisch übersetzt.

Schlüsselbotschaften, die vermieden und nicht in die Kampagne aufgenommen werden sollen

11. Dry January ist eine "Entgiftung". (Ist er nicht. Eine Entgiftung ist ein medizinisches Verfahren bei Alkoholvergiftung).
12. Dry January ermutigt zu mehr Alkoholkonsum während des restlichen Jahres. (Dieser so genannte Rebound-Effekt ist selten. Die meisten Menschen, die den Dry January richtig machen, trinken sechs Monate später weniger).
13. Dry January ist "gegen" Alkohol. (Er dient der langfristigen Gesundheit durch die Kontrolle des Alkoholkonsums. Dry January ist gegen Alkoholschäden, aber nicht gegen Alkohol an sich).
14. Beim Dry January geht es darum, etwas aufzugeben. (Beim Dry January geht es darum, etwas zu gewinnen - mehr Geld, einen gesünderen Körper, einen glücklicheren Geist und Freiheit von einer schwierigen Beziehung zum Alkohol).
15. Dry January ist eine Abstinenzkampagne. (Dry January ermutigt die Menschen nicht dazu, für immer trocken zu bleiben. Tatsächlich fördert er kein bestimmtes zukünftiges "Trinkziel" und



DRY JANUARY[®]
CH

überlässt es den Trinkern, darüber selbst zu entscheiden. Sie ermöglicht es den Menschen, durch die Lernerfahrung einer kurzen Periode der Abstinenz langfristig die Kontrolle über das Trinken zu übernehmen. Die kurze Periode der Abstinenz soll ihnen helfen, eingefahrene, unbewusste Gewohnheiten zu durchbrechen).

16. Dry January ist nur für "Alkoholiker" oder Personen mit ernsthaften Alkoholproblemen geeignet. (Dry January ist nützlich für alle, die ein leichtes oder mässiges Alkoholproblem haben, und hilft ihnen, die Kontrolle über ihren Alkoholkonsum wiederzuerlangen, oder für alle, die einfach nur eine Pause vom Trinken wünschen. Dry January ist NICHT für Personen mit Alkoholabhängigkeit geeignet - siehe Botschaft 7).
17. Alle Botschaften, die vernünftigerweise als Ausrichtung der Kampagne auf eine bestimmte politische Partei oder Position angesehen werden könnten.
18. Alle Botschaften, die vernünftigerweise als Ausrichtung der Kampagne auf eine bestimmte Marke oder ein bestimmtes Unternehmen oder als Unterstützung einer Marke oder eines Unternehmens angesehen werden können.
19. Jede Kritik an einer Regierung oder politischen Partei.
20. Jede Nachricht, die vernünftigerweise als beleidigend, herabwürdigend oder diskriminierend angesehen werden könnte.
21. Alle Mitteilungen, die negative Auswirkungen auf den Ruf der Kampagne oder den Ruf des ACUK oder anderer internationalen Partner von Dry January haben könnten.