Veröffentlicht auf Presseportal Schweiz - Presse und Medienmitteilungen (https://www.presseportal-schweiz.ch)

31.01. 2023

Dry January - Die Schweiz überdenkt ihren Alkoholkonsum

Von PPS



Bild Rechte
Blaues Kreuz Schweiz

(Bern)(PPS) **Der eigenen Gesundheit etwas Gutes tun und den persönlichen Alkoholkonsum überdenken, das schafft der Dry January. Die erste Dry Night eröffnete die Kampagne 2023. Die Stadt Grenoble verzichtet auf Alkohol in ihren eigenen Cafés und Restaurants.**

Der Dry January, der Monat ohne Alkohol, erhält immer mehr Zuspruch. Denn wer mitmacht, fühlt sich gesünder. «Ich schlafe viel besser, meine Augenringe sind fast weg. Ich bin ruhiger und ausgeglichener! Es gibt aber Momente da habe ich grosse Lust, dies sind zwei drei Minuten. Dann mache ich mir einen guten Tee!» meldet die Userin Corina. Und der mitmachende Harry schildert seine Erfahrung im Dry January so: «Es geht mir besser ohne Alkohol. Ich fühle mich wacher, kann mich besser konzentrieren und schwitze weniger im Fitness-Studio, wo ich fast täglich hingehe. Ich mache auf jeden Fall weiter und hoffe, dass ich bald wieder besser schlafen kann.» Eine Studie der Universität Sussex zeigt auf, dass 71% der Teilnehmenden besser schlafen und 69% sich fitter fühlen; 58% haben Gewicht verloren und 57% konnten sich besser konzentrieren.

Um zu zeigen, wie mit viel Spass alkoholfrei gefeiert werden kann, luden die Organisatorinnen und Organisatoren des Dry January zur ersten Dry Night ins Zürcher Niederdorf ein. Im legendären Cabaret Voltaire bestaunten die Feiernden Johnny Marquez mit seinem künstlerischen Flairbartending (Showbarkeeping) und genossen den alkoholfreien Cocktail 2023, den Dry-Tai mit REBELS 0.0%, kreiert von Dirk Hany, Barkeeper of the year 2020.

In der Romandie folgten über 200 Viewer Mitte Januar der angeregten Debatte auf Youtube um die ständige Präsenz von Alkohol in unserem Alltag und in unserer Kultur. Ein Vertreter der französischen Stadt Grenoble stellt vor, wie sie im Januar 2023 in ihren eigenen Cafés und Restaurants keinen Alkohol ausgeschenkt und auf Plakaten auf den Dry January hingewiesen haben. In der Schweiz haben Bars in Zürich, Genf, Luzern und Bern den DRY-TAI ausgeschenkt und damit den Trend zum alkoholfreien Januar gesetzt.

Wer mitmacht, fühlt sich nicht nur gesundheitlich besser, sondern überdenkt auch seinen Alkoholkonsum und passt ihn an. Die Forscherinnen und Forscher aus Sussex stellten fest, dass 80% der Teilnehmenden ein besseres Gefühl über die Kontrolle ihres Alkoholkonsums hatten und dass 76% herausfanden, wann und warum sie tranken. «Wir sind sehr glücklich über die Entwicklung der Alkoholsensibilisierungs-Kampagne in den letzten drei Jahren, den erneuten Zuspruch und die hohe Aufmerksamkeit. Mit der ersten DRY NIGHT haben wir den Schritt ins alkoholfreie Nachtleben gewagt und gewonnen. Es ist uns ein Anliegen, mehr Akzeptanz für Nicht-Trinkende zu schaffen, und die Schweizer Bevölkerung zu sensibilisieren, dass in Bars und Restaurants sowie auf Apéros und Festivals mehr nicht-alkoholische Getränke und Drinks angeboten werden,» fasst die Projektleiterin, Anne Graber, den diesjährigen Dry January zusammen. «Damit setzt sich die Philosophie von «Gewinn durch Verzicht» durch. Alles in allem hat sich der Dry January als erfolgreiche Massnahme in der Alkoholprävention etabliert.»

Wirkungsanalyse und Markenbekanntheit

Sucht Schweiz führt ab Februar eine Wirkungsanalyse sowie eine Umfrage zur Markenbekanntheit des Dry January durch und wird deren Ergebnisse im Frühjahr präsentieren.

Pressekontakt:

Blaues Kreuz Schweiz
Lindenrain 5
3012 Bern

Kategorie
Medizin & Gesundheit

Source URL: *https://www.presseportal-schweiz.ch/pressemeldungen/dry-january-die-schweiz-ueberdenkt-ihren-alkoholkonsum*