

## Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool le 21 mai 2026

Chères et chers professionnel·le·s, partenaires et collègues du domaine des addictions,

Le GREA, le Fachverband Sucht, Addiction Suisse, la Croix-Bleue Suisse et Ticino Addiction (consortium de projet) organisent une Journée d'action contre les problèmes liés à l'alcool pour les années 2024-2026, soit trois journées annuelles, afin de fournir aux organisations membres un cadre pour leurs activités de sensibilisation. Cette journée d'action est prévue chaque année en mai.

La prochaine journée d'action aura lieu **le jeudi 21 mai 2026 sous le thème « soutenir au lieu de juger ».**

Par là même, nous envoyons une nouvelle fois un signal clair contre la stigmatisation des personnes ayant une consommation problématique d'alcool ou une dépendance à l'alcool. Les retours positifs sur le slogan en 2025 montrent combien il est important de continuer à s'engager sur cette thématique. La stigmatisation constitue encore aujourd'hui un obstacle majeur pour de nombreuses personnes concernées et leurs proches – que ce soit dans l'accès aux offres de soutien, dans l'environnement social ou dans le monde du travail. C'est pourquoi nous souhaitons également encore cette année encourager le dialogue public et renforcer le travail de sensibilisation.

Pour la mise en œuvre de la journée d'action, le consortium de projet élabore différents outils à l'intention des services spécialisés. Ceux-ci comprennent le présent concept professionnel, avec un approfondissement thématique autour du slogan, ainsi que des idées pour diverses actions. Le consortium met en outre à disposition un planificateur d'actions, des brochures d'information, un communiqué de presse, ainsi qu'un set de cartes postales et des visuels (affiche, visuels pour les réseaux sociaux, signature e-mail). Par ailleurs, **un jeu de cartes** est proposé cette année en tant que goodies ; il aborde les mythes et les faits liés à la dépendance à l'alcool.

- Tous les outils peuvent être commandés gratuitement à partir du 16 février 2026 sur le shop [en ligne d>Addiction Suisse](#). Veuillez saisir le code promotionnel « **AL26** » dans le panier afin que les frais de port soient offerts et qu'aucun coût ne vous soit facturé.

Vous trouverez de plus amples informations sur la journée d'action sur le site Internet qui lui est dédié : [www.aktionstag-alkoholprobleme.ch](http://www.aktionstag-alkoholprobleme.ch). Par ailleurs, les institutions sont invitées à inscrire leurs activités prévues autour du 21 mai dans la [liste des activités disponible](#) sur le site. Cela permet d'obtenir une vue d'ensemble des actions menées dans toute la Suisse. Cette liste sert également de source d'inspiration pour les autres services spécialisés dans l'organisation de leurs propres activités.

Ce sont vos services et vos actions qui donnent vie à cette journée. C'est vous qui pouvez susciter des impulsions auprès de la population. Nous sommes là pour vous soutenir. N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des questions concernant la mise en œuvre de la journée d'action !

### **Meilleures salutations**

Célestine Perissinotto (GREA)

Facia Marta Gamez (Fachverband Sucht)

Olivier Graz (Addiction Suisse)

Anne Graber (Croix-Bleue Suisse)

Marcello Cartolano (Ticino Addiction)



## Concept de la Journée nationale du 21 mai 2026

1.	Comité d'organisation, contacts .....	3
2.	Objectifs .....	3
3.	Slogan 2026 : « Soutenir au lieu de juger » .....	4
3.1	Chiffres de la consommation alcool en Suisse.....	4
3.2	Stigmatisation et discrimination : des mots lourds de sens .....	5
3.3	Approches aidantes face à la stigmatisation .....	6
3.4	Déconstruire les idées reçues : mythes et réalités .....	7
4.	Exemples d'actions .....	9
5.	Goodies et produits pour la campagne .....	9
6.	Le site internet de la campagne .....	9
7.	Travail médiatique .....	10
8.	Calendrier.....	10
9.	Bibliographie.....	11

## 1. Comité d'organisation, contacts

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool 2026 est organisée par :

GREA, Lausanne	Célestine Perissinotto (F)	<a href="mailto:c.perissinotto@grea.ch">c.perissinotto@grea.ch</a> 024 426 34 34
Fachverband Sucht, Zürich	Facia Marta Gamez (D)	<a href="mailto:martagamez@fachverbandsucht.ch">martagamez@fachverbandsucht.ch</a> 076 830 20 65
Blaues Kreuz Schweiz, Bern	Anne Graber (D)	<a href="mailto:anne.graber@blaueskreuz.ch">anne.graber@blaueskreuz.ch</a> 031 300 58 66
Sucht Schweiz, Lausanne	Olivier Graz (D, F)	<a href="mailto:ograz@suehtschweiz.ch">ograz@suehtschweiz.ch</a> 021 321 29 88
Ticino Addiction	Marcello Cartolano (I)	<a href="mailto:marcello.cartolano@ingrado.ch">marcello.cartolano@ingrado.ch</a>

La mise en œuvre est soutenue financièrement par le Fonds national de prévention des problèmes liés à l'alcool.

## 2. Objectifs

### Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool (Journée Alcool) a pour objectif de sensibiliser la population aux difficultés auxquelles sont confrontées les personnes touchées par l'alcool et leurs proches. Il s'agit d'aborder des thèmes qui sont en général tabous dans la société. Mais il s'agit également de faire connaître les offres d'aides existantes et de mobiliser l'ensemble de la société civile afin que les personnes concernées bénéficient du soutien nécessaire.

#### Engagement

La Journée nationale nous permet de cibler les personnes qui ont directement ou indirectement un problème d'alcool. Nous nous adressons à toutes les personnes (et leurs proches) qui ont des problèmes d'alcool épisodiques ou chroniques et qui en souffrent. Nous désirons, par ailleurs, sensibiliser toute la population aux thèmes en lien avec une consommation d'alcool problématique.

#### Plate-forme

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool constitue une plateforme pour tous les prestataires actifs dans les domaines de la prévention, du conseil et de l'accompagnement des personnes avec des problèmes liés à l'alcool. Cette Journée nationale est aussi une occasion d'informer le public sur les services de conseil, les offres de prestations ainsi que sur ce que les personnes directement ou indirectement concernées peuvent attendre des diverses institutions lorsqu'elles les contactent et qu'elles cherchent du soutien.

#### Émulation avec le Dry January

À travers ses objectifs et sa population cible, la Journée alcool se veut complémentaire au Dry January, dont la responsabilité principale est portée par la Croix-Bleue Suisse.

#### Situation actuelle des campagnes alcool

L'arrêt de la Semaine alcool a poussé le GREA, la Croix-Bleue Suisse, le Fachverband Sucht et Addiction Suisse à se réunir en consortium pour mener une réflexion sur l'avenir des campagnes confrontées à un manque de financement public et l'absence de leadership fédéral. Toutefois, elles ont su mettre à profit leur collaboration pour que les campagnes puissent se poursuivre : la Journée nationale d'action sur les problèmes liés à l'alcool, le Dry January et la semaine d'action, organisée en mars par Addiction Suisse, en faveur des enfants de parents souffrant d'une addiction.

### 3. Slogan 2026 : « Soutenir au lieu de juger »

Le rapport à l'alcool dans notre société est ambivalent : d'un côté, la consommation d'alcool est souvent normalisée. Boire de l'alcool est considéré comme normal dans différents contextes sociaux et fait partie des usages, par exemple lors d'un apéritif d'entreprise, d'une fête d'anniversaire ou d'un dîner en famille. Les personnes qui souhaitent renoncer au verre de vin rouge ou de prosecco lors de telles occasions doivent souvent se justifier. D'un autre côté, les personnes ayant une consommation problématique d'alcool ou une dépendance à l'alcool se heurtent fréquemment à peu, voire à aucun, de compréhension et sont stigmatisées.

Avec le slogan « **Soutenir au lieu de juger** », la Journée d'action entend mettre en lumière cette relation ambivalente à l'alcool dans notre société et contribuer en particulier à la désstigmatisation des personnes souffrant d'une dépendance à l'alcool. La Journée d'action invite les services spécialisés ainsi que la population à porter le débat sur cette thématique dans l'espace public.

Le thème prioritaire s'inscrit largement dans la continuité du slogan « Briser le tabou », déjà abordé lors de la Journée d'action 2020. Dans la mesure où peu de nouvelles connaissances scientifiques ont émergé entre-temps, des contenus issus du concept professionnel de l'époque sont repris dans le présent document. En revanche, une nouvelle publication est parue depuis lors : « La couverture médiatique des personnes atteintes de maladies addictives. Recommandations à l'intention des journalistes et des rédacteur·trice·s ». Le présent concept reprend également plusieurs éléments de cette publication.

#### 3.1 Chiffres de la consommation d'alcool en Suisse

- Env. 85 % des personnes âgées de 15 ans et plus boivent plus ou moins régulièrement de l'alcool.<sup>1</sup>
- En Suisse, en 2023, la vente annuelle par habitant·e est de 8,0 litres d'alcool pur.<sup>2</sup>
- 8,6 % de la population âgée de 15 ans et plus consomme de l'alcool quotidiennement. Cette proportion est plus élevée chez les hommes (12,4 %) que chez les femmes (4,9 %). Elle augmente également avec l'âge : alors qu'elle s'élève à 0,6 % chez les 15–24 ans, elle atteint 15 % chez les femmes de 75 ans et plus et dépasse 36 % chez les hommes du même groupe d'âge.<sup>3</sup>
- Environ 4% de la population en Suisse âgée de 15 ans et plus a une consommation chronique à risque d'alcool. Il y a relativement peu de différences entre les femmes et les hommes. Le taux de consommateurs et consommatrices est le plus élevé parmi les personnes âgées de 65 ans et plus.<sup>4</sup>
- Le nombre de personnes dépendantes à l'alcool en Suisse est estimé à 250'000.<sup>5</sup>

<sup>1</sup> [https://www.addictionsuisse.ch/faits-et-chiffres/alcool/?\\_gl=1\\*13gchfy\\*\\_ga\\*MzMwODE2NTAyLiE2NjgzMzgxNzY.\\*\\_ga\\_TZ7Z53JD3N\\*MTczODg0NDc2OS45Ni4xLjE3Mzg4NDc2ODEuMC4wLjA](https://www.addictionsuisse.ch/faits-et-chiffres/alcool/?_gl=1*13gchfy*_ga*MzMwODE2NTAyLiE2NjgzMzgxNzY.*_ga_TZ7Z53JD3N*MTczODg0NDc2OS45Ni4xLjE3Mzg4NDc2ODEuMC4wLjA).

<sup>2</sup> [https://www.addictionsuisse.ch/faits-et-chiffres/alcool/?\\_gl=1\\*13gchfy\\*\\_ga\\*MzMwODE2NTAyLiE2NjgzMzgxNzY.\\*\\_ga\\_TZ7Z53JD3N\\*MTczODg0NDc2OS45Ni4xLjE3Mzg4NDc2ODEuMC4wLjA](https://www.addictionsuisse.ch/faits-et-chiffres/alcool/?_gl=1*13gchfy*_ga*MzMwODE2NTAyLiE2NjgzMzgxNzY.*_ga_TZ7Z53JD3N*MTczODg0NDc2OS45Ni4xLjE3Mzg4NDc2ODEuMC4wLjA).

<sup>3</sup> [https://www.addictionsuisse.ch/faits-et-chiffres/alcool/alcool-graphiques/?\\_gl=1\\*4pz2e\\*\\_ga\\*OTMzOTQwMzc1LjE3NzAwNTAwNzQ.\\*\\_ga\\_TZ7Z53JD3N\\*czE3NzAwNTAwNzMkbzEkZzAkdDE3NzAwNTAwNzMkajYwJGwwJGgw](https://www.addictionsuisse.ch/faits-et-chiffres/alcool/alcool-graphiques/?_gl=1*4pz2e*_ga*OTMzOTQwMzc1LjE3NzAwNTAwNzQ.*_ga_TZ7Z53JD3N*czE3NzAwNTAwNzMkbzEkZzAkdDE3NzAwNTAwNzMkajYwJGwwJGgw).

<sup>4</sup> [https://www.addictionsuisse.ch/faits-et-chiffres/alcool/alcool-graphiques/?\\_gl=1\\*1d53aml\\*\\_ga\\*MzMwODE2NTAYLiE2NjgzMzgxNzY.\\*\\_ga\\_TZ7Z53JD3N\\*MTczODg0NDc2OS45Ni4xLjE3Mzg4NDc2OTYuMC4wLjA](https://www.addictionsuisse.ch/faits-et-chiffres/alcool/alcool-graphiques/?_gl=1*1d53aml*_ga*MzMwODE2NTAYLiE2NjgzMzgxNzY.*_ga_TZ7Z53JD3N*MTczODg0NDc2OS45Ni4xLjE3Mzg4NDc2OTYuMC4wLjA).

<sup>5</sup> [https://www.addictionsuisse.ch/faits-et-chiffres/alcool/?\\_gl=1\\*1y22q2\\*\\_ga\\*MzMwODE2NTAYLiE2NjgzMzgxNzY.\\*\\_ga\\_TZ7Z53JD3N\\*MTczODg0NDc2OS45Ni4xLjE3Mzg4NDc5NDQuMC4wLjA](https://www.addictionsuisse.ch/faits-et-chiffres/alcool/?_gl=1*1y22q2*_ga*MzMwODE2NTAYLiE2NjgzMzgxNzY.*_ga_TZ7Z53JD3N*MTczODg0NDc2OS45Ni4xLjE3Mzg4NDc5NDQuMC4wLjA).

- Environ une personne sur trois en Suisse connaît dans son entourage une personne avec une consommation problématique d'alcool (Marmet und Gmel, 2015).

Le site Internet <https://ind.obsan.admin.ch/fr/monam> propose diverses données chiffrées sur la consommation de différents types de substances addictives. D'autres chiffres et infographies sont disponibles sur le site d'Addiction Suisse (liens en bas de page)

### 3.2 Stigmatisation et discrimination : des mots lourds de sens

#### Stigmate et stigmatisation

Le terme de « stigmate » vient du grec. Il désignait notamment les marques imprimées au fer rouge sur le corps des esclaves, des criminels ou des escrocs pour signaler qu'il s'agissait de personnes mauvaises à éviter. Le sociologue Erving Goffman a fait du stigmate un concept sociologique en 1963 en décrivant le processus de stigmatisation comme un mélange d'attributs négatifs, de dévalorisation et d'exclusion. Concrètement, la stigmatisation signifie que l'on associe une caractéristique particulière (la consommation problématique d'alcool, p. ex.) à un trait de caractère négatif ou à une idée préconçue (le manque de volonté, p. ex.) (Schomerus et al., 2016).

#### La stigmatisation des personnes dépendantes

Appliquée aux personnes souffrant d'une dépendance à l'alcool, cela signifie que la caractéristique de la maladie addictive est utilisée pour leur attribuer des traits négatifs, tels qu'un manque de volonté ou un manque de fiabilité, et pour les exclure socialement et les dévaloriser (Frischknecht, 2023). Dans le contexte de la stigmatisation des personnes atteintes d'une maladie addictive, on parle souvent d'une « seconde maladie ». Les personnes concernées subissent déjà une lourde charge du fait de la dépendance elle-même ; la stigmatisation vient s'y ajouter comme un fardeau supplémentaire. Cet aspect est particulièrement important, car les personnes souffrant d'une dépendance sont très fortement touchées par la stigmatisation (Schomerus et al., 2017 ; Frischknecht, 2023).

Il existe également des indications montrant que les personnes souffrant d'une dépendance à l'alcool sont particulièrement fortement stigmatisées (Schomerus et al., 2011 ; Gavez, 2023). Ainsi, dans une étude menée en Allemagne, plus de 40 % des personnes interrogées estimaient que la dépendance à l'alcool relevait d'une faiblesse de caractère, tandis qu'environ 30 % considéraient qu'elle était de la responsabilité de la personne concernée (Schomerus, Matschinger & Angermeyer, 2014).

#### Conséquences de la stigmatisation

La stigmatisation des personnes souffrant d'une dépendance entraîne de lourdes conséquences négatives. Elle peut conduire à une auto-stigmatisation, lorsque les personnes concernées internalisent les caractéristiques négatives qui leur sont attribuées ainsi que la stigmatisation vécue, et les appliquent à elles-mêmes (Frischknecht, 2023 ; Matthews, Dwyer & Snoek, 2017). Cela peut se traduire par une diminution de l'estime de soi ou de l'auto-efficacité, voire des attentes d'auto-efficacité plus faibles (Frischknecht, 2023 ; Frischknecht et al., 2011). Ces effets ont à leur tour un impact sur la capacité à faire face à la maladie addictive et peuvent conduire à une évolution plus défavorable de la maladie. D'autres conséquences négatives potentielles de l'auto-stigmatisation sont une baisse de la qualité de vie et une prolongation de la durée du traitement (Bozinoff et al., 2018 ; Frischknecht, 2023 ; Frischknecht et al., 2011).

En raison de la stigmatisation vécue et afin d'éviter la dévalorisation et le rejet liés à leur maladie, les personnes concernées retardent le plus longtemps possible le recours à une aide. Cela complique l'accès à un soutien précoce et approprié et conduit à un moindre recours aux offres d'aide. L'aide professionnelle n'est souvent sollicitée que lorsque des dommages importants sont déjà survenus (Corrigan, 2004 ; Fachverband Sucht, 2023 ; Probst et al., 2015).

La stigmatisation au sein même du système de prise en charge, y compris celle exercée par les professionnel·le·s, joue également un rôle. Selon une étude de 2018, les personnes souffrant d'une dépendance font l'expérience de stigmatisation dans leurs contacts avec les autorités et les institutions sociales ; 70 % des personnes interrogées se sont senties stigmatisées dans ce contexte. La stigmatisation est particulièrement fréquente dans les interactions avec la police, en milieu carcéral ou dans les services d'urgences hospitalières. Elle se manifeste notamment par le sentiment de ne pas être pris·e au sérieux, d'être traité·e de manière peu aimable ou par un manque de compréhension de la part des professionnel·le·s (Bucher et al., 2023 ; Schmid et al., 2018).

Par ailleurs, une étude menée en Allemagne auprès d'étudiant·e·s en médecine montre que ceux-ci considèrent la dépendance à l'alcool — comparativement à d'autres maladies psychiques et somatiques — comme la maladie présentant le plus grand potentiel d'économies financières (Bucher et al., 2023 ; Hoffmann et al., 2020).

La stigmatisation peut également se transmettre aux proches et conduire chez eux aussi à un sentiment de honte, qui constitue un obstacle au recours à l'aide. Le concept de « stigmatisation par association », développé par le sociologue Erving Goffman (1963), joue ici un rôle : les proches pensent pouvoir aider la personne concernée, mais ressentent de la honte et de la culpabilité lorsqu'ils n'y parviennent pas.

Il est également important de mentionner le concept d'intersectionnalité. Celui-ci souligne que les personnes peuvent être stigmatisées en raison de plusieurs caractéristiques ou facteurs, lesquels peuvent se cumuler. Les personnes souffrant d'une dépendance qui sont sans domicile fixe et/ou sans emploi, ou qui ont un parcours migratoire, sont ainsi concernées par plusieurs facteurs susceptibles d'entraîner une stigmatisation. Cette accumulation renforce la stigmatisation vécue (Frischknecht, 2023).

### 3.3 Approches aidantes face à la stigmatisation

La Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool 2020 « Briser le tabou » donnait déjà quelques pistes qui sont reprises ici. La recherche sur l'efficacité des mesures de déstigmatisation dans le domaine des addictions est très fragmentaire. Un grand nombre d'études portent sur les maladies psychiatriques en général et ne sont pas spécifiques aux addictions. Quelques stratégies importantes en vue d'une déstigmatisation peuvent néanmoins être résumées ici ; elles peuvent être appliquées dans le cadre des activités organisées le 21 mai 2026.

**Sensibilisation et éducation** : il s'agit ici d'organiser des actions de sensibilisation pour expliquer que l'alcoolodépendance est une maladie multifactorielle et non une faiblesse morale. Les témoignages sont importants : donner la parole à des personnes en rétablissement et à leurs proches pour humaniser les parcours. Partager des histoires de rétablissement et de résilience.

**Guide média, encourager un langage neutre** : par exemple, utiliser « personnes en situation d'addiction » ou avec une problématique de consommation, au lieu de « alcoolique ». (voir

Guide médias, GREC et FS)<sup>6</sup>. Le rôle des médias est crucial pour transmettre ces changements.

**Renforcer les politiques inclusives** : faciliter l'accès à des traitements abordables pour tous, sans discrimination. Valoriser les personnes rétablies dans les environnements professionnels.

**Déstigmatisation institutionnelle** : s'assurer que les acteurs de santé et sociaux connaissent l'impact de la stigmatisation. Impliquer les usagers dans l'élaboration des politiques et campagnes.

**Formation des professionnel·le·s** : pour réduire la stigmatisation, la stratégie peut prendre en compte la sensibilisation des professionnels de la santé, du social et de l'éducation. Cela passe par l'intégration, dans leur formation initiale et continue, de modules spécifiques sur les mécanismes de stigmatisation et l'approche biopsychosociale des addictions.

L'utilisation d'un langage non stigmatisant, évitant des termes comme « alcoolique », est également essentielle. Ces efforts visent à diminuer les attitudes discriminatoires, renforcer la confiance des patients et améliorer leur prise en charge.

**Soutien par les pairs** : le soutien des pairs joue un rôle clé dans la lutte contre l'autostigmatisation et le rétablissement. Promouvoir des groupes d'entraide comme Re-pairs, **PairAddicto**, ou la Coraasp en Suisse romande et former des pairs à intervenir dans des programmes de mentorat permet de créer des espaces sécurisés où chacun peut s'exprimer sans crainte de jugement. Ces initiatives contribuent à réduire l'isolement, renforcer l'estime de soi et inspirer d'autres personnes en début de parcours.

**Conditions cadres structurelles** : des facteurs structurels tels que l'organisation du système de soutien, l'accessibilité des offres ou les ressources financières et humaines disponibles jouent un rôle important dans la stigmatisation ou la déstigmatisation des personnes ayant une consommation d'alcool problématique ou une dépendance. Toutefois, le concept spécialisé de la Journée d'action n'aborde pas plus en détail ces facteurs et se concentre sur les approches pour lesquelles les services spécialisés peuvent mettre en œuvre des actions concrètes.

Ensemble, ces approches favorisent une société plus inclusive et solidaire.

### 3.4 Déconstruire les idées reçues : mythes et réalités

Les personnes souffrant d'une dépendance (à l'alcool) sont confrontées à de nombreux préjugés. Le chapitre suivant en présente quelques-uns et les corrige à l'aide de faits. Ces préjugés et rectifications ont été élaborés dans le cadre de la publication « Guide médias » du GREC et du Fachverband Sucht (p. 7).

La mise en parallèle des préjugés et des faits peut être utilisée par les professionnel·le·s du domaine pour la mise en œuvre d'activités (voir chapitre 4).

Beaucoup pensent que..	Alors que...
Les personnes en situation d'addiction sont faibles.	Tout changement de comportement est difficile. Moins de 30 % des personnes atteintes d'asthme, de diabète ou d'hypertension modifient leurs habitudes, même lorsqu'un·e médecin le leur recommande. Il en va de même pour les troubles addictifs. Il n'est donc pas question d'une faiblesse de volonté particulière chez les personnes concernées (McLellan et al., 2000).

Les proches sont aussi responsables de la situation.	Une analyse plus approfondie du rôle des proches révèle qu'ils et elles sont profondément affecté·e·s par la situation et souvent submergé·e·s par la honte, ce qui peut entraver leur recherche de soutien. Les proches représentent souvent une ressource précieuse dans le processus d'accompagnement. Les proches ne doivent en aucun cas être stigmatisé·e·s.
Les personnes concernées sont seules responsables de leur problème.	Les troubles addictifs ont de multiples causes, biologiques, psychologiques et/ou contextuelles. Elles peuvent être liées à la personne elle-même (par exemple, une prédisposition génétique ou des expériences de vie), à son entourage ou à des facteurs sociétaux. La disponibilité et le prix d'un produit, par exemple, influencent la consommation et sa quantité. Si le changement de comportement ne peut venir que de la personne concernée, il appartient à son environnement de créer les conditions les plus favorables pour le faciliter.
Il n'y a pas de solution à une addiction.	Comparée à d'autres maladies chroniques, l'évolution des troubles addictifs est plutôt favorable. Même si une dépendance ne peut pas toujours être complètement guérie, elle peut être très bien prise en charge. Par exemple, 85 % des personnes qui développent une dépendance à l'alcool entre 18 et 25 ans ne remplissent plus les critères diagnostiques à l'âge de 30 ans (Seeley et al., 2019).
Les personnes concernées proviennent de niveaux socio-économiques défavorisés ou vivent en marge de la société.	La dépendance ne signifie pas forcément un déclassement social. La consommation est simplement plus visible chez certaines populations, comme les personnes sans domicile ou qui consomment dans la rue. Les troubles addictifs touchent toutes les couches de la société, sans distinction de statut socio-économique.
L'abstinence est la seule réponse à l'addiction.	Dans les addictions, l'abstinence à long terme est souvent considérée comme la seule issue, ce qui peut être restrictif. La diminution de la consommation et une récupération de la maîtrise de celle-ci sont aussi des succès et bénéfiques sur les plans de la santé et de l'insertion sociale. Ainsi, adopter une vision binaire n'est pas approprié, car l'accompagnement des situations d'addictions vise le rétablissement, c'est-à-dire une amélioration de la qualité de vie.

## 4. Exemples d'actions

Un calendrier sur la planification est disponible. Il sert de guide aux institutions et se compose de quatre parties : préparation, actions, médias et évaluation. Le lien : <https://www.aktionstag-alkoholprobleme.ch/fr/calendrier-1>

Il se compose de quatre parties : préparation, actions, médias et évaluation (ainsi qu'une liste de contrôle supplémentaire). Les activités régionales et la couverture médiatique constituent le cœur de la Journée nationale d'action. Il n'est toutefois pas toujours facile de trouver une bonne idée d'action. C'est pourquoi le consortium de projet a élaboré un document séparé contenant des idées d'actions. Celui-ci peut être téléchargé via la boutique en ligne.

## 5. Goodies et produits pour la campagne

### Goodies et visuels

Pour la Journée d'action 2026, le consortium de projet propose **un jeu de cartes comprenant des mythes et des faits sur la dépendance à l'alcool** (image). De plus, les services spécialisés peuvent à nouveau commander cette année des cartes postales et des affiches. En 2026, différents visuels seront également disponibles en téléchargement : supports pour les réseaux sociaux, signature e-mail et logo. Les commandes pourront être passées via la boutique en ligne d'Addiction Suisse à partir du 16 février et jusqu'au début du mois d'avril 2026



### Brochures

Dès à présent, diverses brochures d'information sont également disponibles à la commande gratuite dans la boutique en ligne de Sucht Schweiz. Les commandes peuvent être passées jusqu'au début du mois d'avril.

## 6. Le site internet de la campagne

Toutes les informations relatives à l'organisation de la Journée d'action 2026 sont disponibles sur le site [www.aktionstag-alkoholprobleme.ch](http://www.aktionstag-alkoholprobleme.ch) (D, F, I). La commande et le téléchargement des supports se font en grande partie via la boutique en ligne de Sucht Schweiz. Seul le communiqué de presse doit être commandé via le site de la Journée d'action. Pour des raisons organisationnelles (impression, expédition), nous avons besoin de vos commandes au plus tard au début du mois d'avril 2026.

Les services spécialisés peuvent également saisir directement les actions prévues sur le site Internet. Celles-ci sont ainsi visibles en continu pour d'autres personnes intéressées et peuvent servir de source d'inspiration. Nous vous prions d'enregistrer votre action au plus tard le 30 avril 2026.

## 7. Travail médiatique

Environ six semaines avant la Journée alcool (c'est-à-dire fin d'avril), le texte d'un communiqué de presse sera envoyé aux institutions. Cela laisse suffisamment de temps pour le compléter avec des informations régionales et le transmettre aux médias régionaux pertinents.

Vous pouvez commander le communiqué de presse **dès à présent** sur le site de la Journée alcool. Une semaine avant, les organisateurs envoient le communiqué de presse à plus de 1200 adresses médias dans toute la Suisse. Ce dernier sera également transmis aux rédactions principales par le service OTS pour garantir une couverture optimale. La liste des activités organisées dans chaque région sera accessible via un lien dans le communiqué de presse. Addiction Suisse, ainsi que le GREA, qui coordonne les relations avec les médias pour la journée, informera sur les activités régionales sur place. Nous vous prions de bien vouloir inscrire votre action en temps voulu sur le site en indiquant les contacts médias responsables.

## 8. Calendrier

Les institutions commandent le matériel, les goodies, le communiqué de presse sur le site. Ces délais ne tiennent pas compte des délais d'envois postaux sur le <a href="#">shop d'Addiction Suisse</a>	A partir du 16 février 2026
Les institutions qui <a href="#">ont commandé le communiqué</a> de presse le reçoivent avant l'envoi aux rédactions.	Mi-avril 2026
Les institutions annoncent <a href="#">leurs actions sur le site internet</a> de la Journée Alcool. Le plus tôt est le mieux ainsi d'autres organisations peuvent profiter des idées de chacun. Les actions via le lien sont aussi relayées implicitement sur le communiqué de presse.	Dès à présent jusqu'au 30 avril 2026
Livraison de la documentation et des goodies.	Mi-avril à début mai 2026
Le communiqué est envoyé aux médias	16 mai 2026
<b>Journée alcool</b>	<b>21 mai 2026</b>
Les institutions reçoivent ensuite un sondage qu'elles peuvent rendre jusqu'à	Début juin 2026

**MERCI BEAUCOUP D'ÊTRE DE LA PARTIE LORS DE LA JOURNÉE 2026**

## 9. Bibliographie

---

- Bozinoff, N./Anderson, B.J./Bailey, G.L./ Stein, M.D. (2018): Correlates of stigma severity among persons seeking opioid detoxification. *Journal of Addiction Medicine* 12(1): 19–23. <https://doi.org/10.1097/ADM>
- Bucher-Fehr S., Müller T., Schmid O. 2023. Werden drogenkonsumierende Menschen stigmatisiert – insbesondere vom Fachpersonal. In: *SuchtMagazin* 1/2023. S.11-15. <https://www.suchtmagazin.ch>
- Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, 59(7), 614–625
- Frischknecht U. 2023. Stigmatisierung von Menschen mit Suchterkrankungen. In: *SuchtMagazin* 1/2023. S.4-11. <https://www.suchtmagazin.ch>
- Frischknecht, U. et al. (2011): The vicious circle of perceived stigmatization, depressiveness, anxiety, and low quality of life in substituted heroin addicts. *European Addiction Research* 17(5): 241–249. <https://doi.org/10.1159/000328637>
- Gavez S. 2023. Persönlicher Blickwinkel zur Angst vor Stigmatisierung und Diskriminierung. In: *SuchtMagazin* 1/2023. S.38-42. <https://www.suchtmagazin.ch>
- Goffman, E. (1968): *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Harmondsworth: Pelican Books.
- Goffman E. (1963). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. New York, London, Toronto: Simon & Schuster Inc.
- Hoffmann, H./Koschinowski, J./Bischoff, G./ Schomerus, G./Rumpf, H.J (2020): Medical students' readiness for cutbacks in health care expenditures of alcohol-dependent individuals. An indicator for stigmatization? <https://t1p.de/79lc9>,
- Marmet S., Gmel G. *Suchtmonitoring Schweiz – Alkohol- und Drogenprobleme im Umfeld im Jahr 2013*. 2015. Sucht Schweiz, Lausanne, Schweiz
- McLellan A. T., Lew D. C., O'Brien C. P., Kleber H. D. Drug dependence, a chronic medical illness: implications for treatment, insurance and outcomes evaluation. *JAMA* 2000; 284: 1689–95
- Matthews S., Dwyer R. & Snoek A. (2017). Stigma and Self-Stigma in Addiction. *Journal of Bioethical Inquiry*; 14(2): 275-286. <https://pdfs.semanticscholar.org/479e/412fcac935b829b5d58bab4691f3302f6c9f.pdf>
- Probst, C./Manthey, J./Martinez, A./Rehm, J.(2015): Alcohol use disorder severity and reported reasons not to seek treatment: A cross-sectional study in European primary care practices. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy* 2015 Article 32. doi:10.1186/s13011-015-0028-z
- Schomerus, G. et al. (2017): Das Stigma von Suchterkrankungen verstehen und überwinden. *Sucht* 63(4): 253-259.
- Schomerus G., Matschinger H. und Angermeyer M.C. (2014). Attitudes towards Alcohol Dependence and Affected Individuals: Persistence of Negative stereotypes and Illness Beliefs between 1990 and 2011. *European Addiction Research*, Vol.20, No.6. Basel: Karger
- Schomerus, G./Lucht, M./Holzinger, A./Matschinger, H./, Carta, M.G./Angermeyer, M.C. (2011): The stigma of alcohol dependence compared with other mental disorders: A review of population studies. *Alcohol and Alcoholism* 46(2): 105-112. doi: 10.1093/alcalc/agq089
- Schmid, O./Fehr, S./Müller, T./Vogel, M. (2018): Werden drogenkonsumierende Menschen stigmatisiert? *Suchtmedizin* 20(5): 315-322.