

Dry Hard! Ein Januar ohne Alkohol?

Von **Zolliker Zumiker Bote** - 7. Januar 2022

«Tee statt Kopfweh» – dieses Motto nahmen sich rund eine Million Schweizerinnen und Schweizer im vergangenen Januar zu Herzen und verzichteten im Rahmen der Kampagne «Dry January» auf Alkohol.



Mit witzigem Informationsmaterial wird der bewusste Alkoholkonsum propagiert. (Bild: zvg)

Das Konzept der britischen Non-Profit-Organisation «Alcohol Change UK» wird in der Schweiz vom Bundesamt für Gesundheit gefördert und von rund 50 weiteren Partnern umgesetzt – darunter «Samowar Jugendberatung und Suchtprävention Bezirk Meilen» sowie «asbm Alkohol- und Suchtberatung Bezirk Meilen». Die Aktion beschäftigt sich in diesem Monat mit den Themen Wohlbefinden und Gesundheit, Sport, Ernährung und Genuss.

Der «Dry January» soll den verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol sowie die gesellschaftliche Akzeptanz eines reduzierten Alkoholkonsums fördern. Weiter soll die Bewusstseinsbildung über den Stellenwert von Alkohol in der Gesellschaft, die Selbstachtung inklusive positives Selbstbild der Teilnehmenden begünstigt werden.

Wer beim «Dry January» teilnehmen möchte, kann sich unter www.dryjanuary.ch einschreiben. Die Teilnehmenden erhalten einen Newsletter und nehmen an einem Gewinnspiel teil. Wer eine engere Begleitung wünscht, lädt die App «Try Dry» auf sein Smartphone, führt darin ein Trinktagebuch und erhält ermutigende Nachrichten. Asbm und

Samowar werden an verschiedenen Bahnhöfen im Bezirk Meilen Wasser verteilen. In Zollikon und Zumikon findet diese Aktion nicht statt, da die grösseren Bahnhöfe wie Meilen, Männedorf und Stäfa ausgewählt wurden, um die jeweils 1000 Flaschen Wasser an die Frau oder den Mann zu bringen.

Zolliker Zumiker BOTE

[Aktuell](#) [Über uns](#) [Inserat aufgeben](#) [Kontakt](#)
[Online-Abo bestellen](#) [Richtlinien für eingesandte Texte](#) [Forum](#)
[Jobs](#)



[Datenschutz](#) [Impressum](#)