

# Et c'est reparti pour le « Dry January » !

écrit par François des Groux | 9 janvier 2021

## Des effets bénéfiques évalués

Dry January est une expérience anglaise à l'origine. *Alcohol Change UK* l'a lancé en 2013 et depuis, les chercheurs en ont évalué les effets bénéfiques. Ce que nous vous disons ici a donc été mesuré sur plusieurs millions de personnes dont, déjà, des milliers de français !

Les bénéfices sont :

- Une peau fraîche et plus belle
- Un sommeil amélioré donc plus d'énergie
- Une perte de poids
- Une économie d'argent
- Une meilleure santé – puisque l'arrêt durant un mois fait un bien considérable au corps
- Un merveilleux sentiment de victoire et de fierté !

Avec le Covid-19, la France semble être devenue un parc d'enfants avec un État-nounou grondant et sermonnant ses moutards turbulents.

Pire, nos responsables donnent l'impression de nous prendre pour des crétins irresponsables et des con-finis à confiner. Comme le chantait Alain Souchon, « *il faut voir comme on nous parle* ».

L'infantilisation des Français a commencé avec Sibeth Ndiaye et son « masque inutile » qu'elle ne savait pas mettre et continue avec des attestations en pagaille et le couvre-feu à 18h. Avec les mille recommandations-injonctions du journal télévisé admonestant au passage les Gaulois réfractaires à la vaccination (des complotistes !) se terminant avec l'irritant et quotidien « *portez-vous bien* » de la présentatrice météo.

Nous muselant avec le masque et nous interdisant de nous réunir, de faire la fête et de ripailler à plus de 6 à Noël et jour de l'An, le gouvernement et ses médias inféodés se lancent désormais en janvier dans un autre combat capital : combattre l'alcoolisme supposé des Français *qui ne sont rien*.

Comme en janvier 2020, vous allez donc entendre parler d'une mode anglo-saxonne : le « Dry January », autrement dit « Janvier sec » ou

le « mois sans alcool ». Pour vous aider dans cette gageure, les médias vous biberonneront d'encouragements tout comme le site officiel (en écriture inclusive) [#LeDéfiDeJanvier](#).

Paradoxalement, la gauche, hygiéniste avec l'alcool, encourage la dépénalisation du cannabis, pourtant tout aussi addictif et accidentogène. Oui mais voilà : un « mois sans beuh » s'avèrerait stigmatisant pour une certaine communauté censée, elle, ne pas boire d'alcool...

## **Opération « Dry January » : pourquoi instaurer un mois sans alcool ?**

Les Français incités à ne plus boire d'alcool. C'est le credo de l'opération « [Dry January](#) », menée durant ce premier mois de l'année 2021. Une opération qui en est à sa deuxième édition [et] entend encourager les Français à ne plus boire une goutte d'alcool pendant un mois...

Un pas de plus vers l'hygiénisme ? Un coup dur porté aux épicuriens ? Un mois de janvier sans alcool, pourquoi se lancer pareil défi ?

<https://www.franceculture.fr/emissions/la-question-du-jour/operation-dry-january-pourquoi-instaurer-un-mois-sans-alcool>

### Des effets bénéfiques évalués

Dry January est une expérience anglaise à l'origine. Alcohol Change UK l'a lancé en 2013 et depuis, les chercheurs en ont évalué les effets bénéfiques. Ce que nous vous disons ici a donc été mesuré sur plusieurs millions de personnes dont, déjà, des milliers de français !

Les bénéfices sont :

- Une peau fraîche et plus belle
- Un sommeil amélioré donc plus d'énergie
- Une perte de poids
- Une économie d'argent
- Une meilleure santé - puisque l'arrêt durant un mois fait un bien considérable au corps
- Un merveilleux sentiment de victoire et de fierté !

<https://dryjanuary.fr/pourquoi-participer/>

## **Un mois sans alcool? Experte addictions, une infirmière explique les bienfaits du « Dry January »**

<https://www.nicematin.com/sante/video-un-mois-sans-alcool-experte-addi>

[ctions-une-infirmiere-explique-les-bienfaits-du-dry-january-627448](#)

## **Dry January : et si on faisait une pause avec l'alcool en janvier ?**

Le défi du mois sans alcool, venu d'Angleterre, se popularise en France. Objectif : réduire de manière ludique notre lever de coude à la française.

<https://www.leparisien.fr/societe/dry-january-les-associations-vont-lancer-leur-propre-mois-sans-alcool-21-11-2019-8198892.php>

## **Dry January : quelques conseils pour réussir son mois sans alcool**

Pour réussir son mois sans alcool, il est important de **se fixer des objectifs à atteindre**, et de noter les étapes réussies. **Une application mobile anglaise** permet aux utilisateurs de rester motivés en suivant au jour le jour les progrès réalisés.

<https://www.rtl.fr/actu/bien-etre/dry-january-quelques-conseils-pour-reussir-son-mois-sans-alcool-7800950597>

Évidemment, le but de cet article n'est pas d'encourager la consommation d'alcool en opposition au « Dry January » mais d'interroger sur cette manie contemporaine des recommandations-culpabilisations-injonctions-interdictions, souvent issue de la gauche anglo-saxonne puritaine et communautariste : hygiénisme (« *mangez 5 fruits et légumes* »), culte du corps (muscultation, fitness, blanchiment des dents...), véganisme, écologisme. Et aujourd'hui, en plus, le « Janvier sec »...

**Tandis que la consommation de drogues explose en France face à un État toujours plus impuissant à juguler leur trafic et alors que la majorité des politiques, des médias de gauche et certains États américains œuvrent pour la dépénalisation... des**

## drogues.

### **Cannabis : quel candidat de gauche promet une légalisation ?**

C'est l'un des thèmes inattendus de la primaire de gauche : la légalisation du cannabis. La majorité des candidats prône en effet une légalisation de cette drogue, sur le modèle de la vente du tabac ou de l'alcool

Ainsi 4 des 7 candidats (**Benoît Hamon, Sylvia Pinel, Jean-Luc Bennaïm et François de Rugy**) souhaitent une légalisation, encadrée par l'État. **Vincent Peillon** est, lui, plus modéré, en se disant favorable à l'ouverture d'un débat sur le sujet...

Sur le strict plan économique, une légalisation de ce business permettrait en tout cas de créer de nouveaux emplois et de doper les recettes fiscales. Une récente étude de Terra Nova chiffrait ainsi de 2 à 2,2 milliards d'euros le gain potentiel pour l'économie française.

**[Paradoxal quand on sait que la gauche hygiéniste s'insurge contre le « lobby de l'alcool » – NDA]**

<https://www.capital.fr/economie-politique/cannabis-quel-candidat-de-gauche-promet-une-legalisation-1198124>

**Cocaïne, héroïne, méthamphétamine : l'Oregon dépénalise plusieurs drogues**

[https://www.lepoint.fr/monde/cocaine-heroine-methamphetamine-l-oregon-depenalise-plusieurs-drogues-04-11-2020-2399412\\_24.php](https://www.lepoint.fr/monde/cocaine-heroine-methamphetamine-l-oregon-depenalise-plusieurs-drogues-04-11-2020-2399412_24.php)