

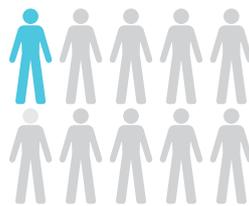


LA TOURNÉE MINÉRALE® DANS LES CABINETS DE MÉDECINE GÉNÉRALE : POURQUOI ET COMMENT ?

POURQUOI



1 BELGE SUR 7*
présente des signes de surconsommation d'alcool¹



1 BELGE SUR 10
consomme quotidiennement de l'alcool¹



Près d'**1 BELGE SUR 2** a fait l'expérience d'une hyperalcoholisation au cours de l'année¹

Nous sommes plus de 8 Belges sur 10¹ à boire de l'alcool occasionnellement ou régulièrement. Face à ces chiffres, une idée : proposer à **tous les Belges** le défi d'un mois sans alcool en février. L'occasion de faire une pause dans sa consommation, d'en ressentir les bienfaits et de s'interroger sur son rapport à l'alcool, sans jugement, avec **encouragements**.

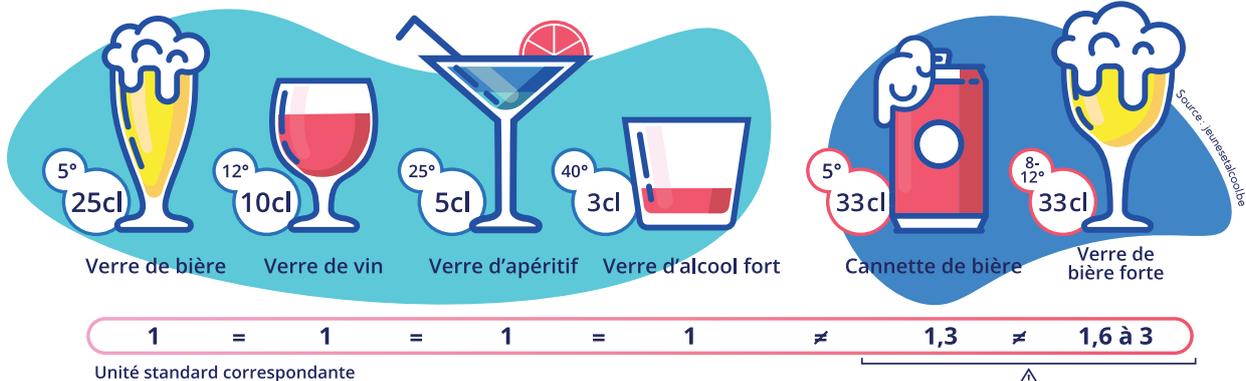
Promouvoir Tournée Minérale® en tant que médecin généraliste, c'est agir en **prévention** auprès de l'ensemble de sa patientèle en soutenant une campagne de santé publique **efficace**.

En effet, **plus d'1 personne sur 3²** déclare avoir diminué sa consommation d'alcool depuis sa première participation à Tournée Minérale®.

En outre, il a été démontré que les participant·es avaient **diminué leur consommation en moyenne de 20%³** 6 mois après leur participation.

Pour rappel, le Conseil Supérieur de la Santé recommande de ne pas dépasser **10 unités d'alcool par semaine**, à répartir sur plusieurs jours, et plusieurs jours sans boire.

NOUS SOMMES DÉJÀ PLUS D'UN MILLION ET DEMI DE BELGES À PARTICIPER! VOUS POUVEZ NOUS AIDER À FAIRE ENCORE MIEUX CETTE ANNÉE!



1. L. Gisle, S. Demarest, S. Drieskens. Enquête de santé 2018 : Consommation d'alcool. Bruxelles, Belgique : Sciensano ; Numéro de rapport : D/2019/14.440/65. Disponible en ligne : www.enquetesante.be
2. W. Samyn & S. Busschaert (2023). Rapport d'évaluation: Tournée Minérale 2023. Belgique. Indiville.
3. Thienpondt, A., Van Cauwenberg, J., & Deforche, B. (2017). Tournée Minérale 2017, final rapport november 2017. Ghent: Faculty of Medicine & Health Sciences, University of Ghent.
*Population âgée de 15 ans et plus.

Alors, convaincu·es?! Oui! Mais comment relayer la campagne?

3 OUTILS POUR VOTRE CABINET :

Coconstruits à l'aide de praticiens de terrain, voici 3 outils pour soutenir la campagne :



1. Une affiche



2. Des flyers



3. Un badge



L'ensemble de ces outils ainsi que d'autres sont disponibles sur le site web de la Tournée Minérale®.

QUAND?

Affichez ces outils dès le lundi 15 janvier 2024, soit 15 jours avant le début de la Tournée Minérale®.

Ils sont à télécharger ou à commander sur tournee-minerale.be dans l'onglet « promouvoir ».

La bonne nouvelle? C'est évidemment entièrement gratuit!

Quelques pistes pour orienter la personne qui souhaite aller plus loin :

- Le site de tournee-minerale.be & ses réseaux sociaux (@tourneemineralebefr) pour trouver des infos, du soutien durant le mois de février ;
- Un test à réaliser pour évaluer sa consommation d'alcool sur aide-alcool.be/testalcool ;
- Des infos et deux outils sur aide-alcool.be : le Selfhelp en ligne pour prendre en charge seule sa diminution de consommation d'alcool et l'accompagnement en ligne où une thérapeute propose un accompagnement à distance ;
- Une carte interactive pour trouver un·e spécialiste (alcoologue) dans sa région sur reseaucool.be ;
- Le réseau des services d'aide et de soins spécialisés en assuétudes pour réorienter la personne vers le service de soins ambulatoires de sa région sur feditowallonne.be.

Une campagne de



Avec le soutien de



D'AUTRES QUESTIONS ?

Anne-Charlotte Baar
Chargée de projets assuétudes
Univers Santé asbl
anne-charlotte.baar@uclouvain.be
010 / 47 28 28



La Tournée Minérale®, on a toutes et tous nos raisons d'y participer. Ensemble, relevons le défi!