



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

10^e ÉDITION DE TOURNÉE MINÉRALE® EN FÉVRIER : UNE GRANDE ENQUÊTE NATIONALE & UN APPEL AUX PROFESSIONNEL·LES DE SANTÉ

En février 2026, Tournée Minérale® célébrera sa 10^e édition, une décennie d'engagement pour la santé publique, et de mobilisation collective autour d'un objectif simple : faire une pause d'alcool et tester sa consommation. À l'occasion de cette édition symbolique, l'UCLouvain, en collaboration avec la VUB, lance une grande enquête nationale et anonyme sur la consommation d'alcool des Belges et l'impact de la Tournée Minérale® sur celle-ci. L'objectif : analyser les habitudes de consommation d'alcool en Belgique, comprendre ce qui motive ou freine la participation à Tournée Minérale®, mesurer l'impact de la campagne sur la consommation à moyen et long terme, et continuer à renforcer les actions de prévention en santé publique. Un appel est également lancé aux professionnel·les de santé : iels ont un rôle clé à jouer auprès de leurs patient·es pour favoriser le dialogue sur ce sujet souvent tabou, favoriser la participation à la Tournée Minérale®, et améliorer l'accès aux soins en alcoologie.

UNE GRANDE ENQUÊTE NATIONALE & ANONYME EN PARTENARIAT AVEC DES UNIVERSITÉS BELGES

Depuis 2017, Tournée Minérale® a permis à des millions de participantes d'expérimenter un mois sans alcool et de constater les nombreux bénéfices pour la santé à court et à long terme.

Dix éditions plus tard, il est essentiel de mesurer à nouveau l'impact social et sanitaire de cette mobilisation collective qui réunit chaque année près d'1,5 million de Belges.



"Mon état de
santé générale
s'est amélioré"



"J'ai mieux
dormi"



"Je me suis
senti·e mieux
dans ma peau"



"J'ai mangé
plus sainement"



"J'ai eu plus
d'énergie"



"J'ai perdu
du poids"



"J'ai diminué
durablement ma
consommation
d'alcool"



L'étude scientifique 2026/2028 permettra :

- De documenter les habitudes de consommation d'alcool des Belges ;
- De mieux comprendre les motivations et les freins des participant·es et non-participant·es à la campagne ;
- De mesurer l'impact à moyen et long terme de la Tournée Minérale® sur nos consommations et notre santé ;
- D'affiner les messages de prévention en santé publique ;

Qu'iels boivent de l'alcool ou non, tous les Belges à partir de 18 ans sont invité·es à répondre à l'enquête d'ici fin janvier 2026. 50 participant·es seront tiré·es au sort et gagneront 100€.

En répondant à l'enquête, les participant·es reçoivent un feedback personnalisé et immédiat sur leur consommation. Une occasion de faire le point, en toute confidentialité.

Grande enquête nationale et anonyme.

Peu importe votre consommation, cela nous intéresse.

Plusieurs universités du pays se mobilisent
et ont besoin de vous !

Alcool, j'en consomme...

- ☐ Jamais ☐ Souvent
☐ Parfois ☐ ...

JE PARTICIPE EN LIGNE



LES PROFESSIONNEL·LES DE SANTÉ ONT UN RÔLE CLÉ À JOUER : LA SURCONSOMMATION D'ALCOOL EST ENCORE TROP PEU ABORDÉE EN CONSULTATION



PLUS D'UN PATIENT SUR 5
en médecine générale présente un
trouble de l'usage de l'alcool.



1 BELGE SUR 6
présente des signes de
surconsommation d'alcool.



SEULEMENT 8%
des personnes qui en ont besoin
finissent par consulter pour leur
trouble de l'usage d'alcool.

Comme l'an dernier, médecins généralistes, psychologues, pharmaciennes et autres professionnelles de première ligne sont mobilisé·es pour relayer la campagne auprès de leur public.

Cette année, nous diffusons également une série de vidéos inédites, intitulée « Votre professionnel·le de santé vous soutient ».

On y retrouve trois profils complémentaires : un psychologue, un alcoologue, et un médecin généraliste, qui expliquent, chacun à leur manière, l'intérêt du défi, l'importance de se tester et d'oser en parler.

Dans l'une de ces vidéos, Benjamin Michel, médecin généraliste namurois rappelle que [le lien de confiance qui unit praticien·nes et patient·es tout au long de leur vie est une chance d'aborder des sujets parfois tabous, comme la consommation d'alcool.](#)

En effet, l'alcool est rarement discuté de manière systématique en consultation (contrairement au tabac), alors qu'un simple échange peut permettre d'identifier un usage problématique et d'orienter vers des ressources d'aide.

20 à 25 % des patient·es adultes présentent un mésusage d'alcool¹, alors que seules 8 % des personnes dépendantes sont prises en charge². Tournée Minérale[®] peut contribuer à **réduire ce treatment gap en permettant d'aborder sans tabou la surconsommation d'alcool** en consultation, au moment même où la société, les médias et les proches en parlent déjà spontanément.

Pour les soutenir dans leur pratique, les professionnel·les de santé peuvent accéder à un nouvel onglet entièrement dédié sur notre site web, comprenant :

- des affiches, flyers, badges et une vidéo muette pour les écrans digitaux à télécharger ou à commander gratuitement ;
- des ressources pour aborder la surconsommation d'alcool sans tabous ;
- un calendrier des initiatives locales organisées en Belgique francophone

QUELQUES INFORMATIONS INTERPELLANTES PARMİ D'AUTRES :

- **4,2 à 6 milliards €/an** : est le coût du mésusage d'alcool pour la Belgique, alors que la vente d'alcool rapporte seulement 1,8 milliard €/an.³
- **Les troubles du sommeil augmentent la vulnérabilité à l'addiction** : l'alcool diminue la qualité du sommeil.⁴
- **Les jeunes adultes (20 à 39 ans) sont particulièrement touchés** : cette tranche d'âge a enregistré, en 2019, la part la plus élevée (13 %) de décès liés à la consommation d'alcool.⁵
- **Même à faible dose** : une consommation de 1 à 1,5 unité d'alcool/jour est associée à un risque accru de cancer du sein.⁶
- **L'alcool est la deuxième cause de mortalité évitable**, juste derrière le tabac, avec près de 10 000 décès/an en Belgique, soit 10 % de la mortalité totale.⁷

CONSEILS, RECETTES ET AIDE TOUT LE MOIS DE FÉVRIER !

Sur [notre site web](#), les participantes trouveront **une mine d'informations utiles, des conseils pratiques, et des recettes 0% alcool pour les accompagner.** Pour certaines personnes, Tournée Minérale[®] sera peut-être l'occasion de constater un rapport problématique à l'alcool et de trouver de l'aide auprès d'une alcoologue ou d'un·e médecin via notre onglet « [aide et ressources](#) ». **Pour participer à Tournée Minérale[®], il suffit de suivre la campagne sur nos réseaux sociaux (@tourneemineralebief sur Facebook et Instagram) et/ou de s'abonner à notre newsletter.**

Notre onglet « [Promouvoir](#) » regorge également d'outils de communication en libre téléchargement pour toutes et tous (affiches, signature mail, frame/décor pour les réseaux sociaux, banner, post pour les réseaux sociaux).





EN FÉVRIER, JE TESTE MA RELATION À L'ALCOOL.
ENSEMBLE, RELEVONS LE DÉFI !



En Flandre, la campagne est menée par le **VAD / de Druglijn**. Des informations et des coordonnées sur leurs initiatives sont disponibles sur [le site Web de la campagne en néerlandais](#).

Contact presse :

Martin de Duve - Directeur d'Univers santé ASBL
+32 478 20 63 77
+32 10 47 33 74
info@tournee-minerale.be
www.tournee-minerale.be

Pour l'enquête nationale :

Pierre Maurage - Chercheur au Psychological Sciences
Research Institute
(IPSY) à l'UCLouvain
+32 0479960821

UNE CAMPAGNE DE



AVEC LE SOUTIEN DE



1. Filee D., Gosset C., Reginster J.Y., Dor B., Orban T. Probex, Projet buveurs excessifs: SSMG-ULG, 2004.
2. Mistiaen P., Kohn L., Mambourg F., et al. Reduction of the treatment gap for problematic alcohol use in Belgium. KCE, 2015.
3. Van Der Laenen F., Annemans L., et al. Le coût social et sanitaire des drogues légales et illégales. Etude SOCOST, Belspo; 2012. Indiville SA.
Tournée Minérale® 2024 : rapport d'évaluation. Mars 2024.
4. Société Française d'Alcologie [Internet]. Alcool et sommeil [Infographie]; [cité le 24 sep 2024]. Disponible à : <https://sfalcoologie.fr/wp-content/uploads/ACS-SFA-Alcool-et-Sommeil.pdf>

5. World Health Organization. Global status report on alcohol and health and treatment of substance use disorders. Geneva: World Health Organization; 2024. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
6. Société Française d'Alcologie (SFA). Alcool et cancer du sein [Infographie] [Internet]. [cité le 24 sep 2024]. Disponible sur : <https://sfalcoologie.fr/wp-content/uploads/FICHE-Alcool-et-cancer-du-sein.pdf>
7. The Global Health Observatory (World Health Organization). Alcohol, total per capita (15+ years) consumption (in litres of pure alcohol), 2018