



Vendredi 24 janvier Fête des Français

L'actu chez moi

SANTÉ - SCIENCES

"Ça peut arriver à n'importe qui" : un ciné-débat sur l'alcoolisme organisé ce mardi soir à Châteauroux

 Écouter (6 min)

Diffusion du 21 janvier 2025

À retrouver dans l'émission



L'INVITÉ DE ICI MATIN BERRY

Du lundi au vendredi à 7h45

ici Berry



Châteauroux



Indre



Cher

Mardi 21 janvier 2025 à 7:45 - Mis à jour le mercredi 22 janvier 2025 à 18:43

Par [ici Berry](#)



Un mois pour arrêter l'alcool ou bien pour réfléchir à sa consommation, à ses habitudes. Le défi

Dry January est l'occasion d'ouvrir le débat sur l'alcoolisme. Un film sur le sujet est diffusé ce mardi 21 janvier au cinéma CGR de Châteauroux.



Un verre de rouge et un verre de vin blanc en terrasse (photo d'illustration). © Radio France - Aurélien Accart

Une bière à la sortie du travail avec les collègues, un verre de vin pendant le repas de midi, des cocktails qui s'enchaînent lors d'une soirée entre amis... Les occasions de boire de l'alcool sont nombreuses et peuvent faire sombrer dans **des habitudes dangereuses pour la santé**. *"Il faut bien comprendre que c'est une maladie et ça a duré pendant 15 ans, raconte Laurence Cottet, la présidente de l'association France Janvier sobre. Ce sont 15 années où l'alcool est omniprésent, il n'y a que ça qui compte et toute l'organisation de votre journée est centrée sur l'alcool, de peur d'être en manque".*

Aujourd'hui guérie, **elle raconte sa descente aux enfers**. *"J'ai commencé très tôt, vers 6 ou 7 ans, confie-t-elle. Je viens du Nord, on me faisait goûter les bons vins. Puis ça s'est amplifié lorsque j'avais 15 ou 16 ans. Et je suis vraiment tombée dans cette obsession de l'alcool à 35 ans. Je n'ai pas vu le coup venir. Ça s'installe doucement, au gré des fêtes et des excès, et un jour vous quittez cette zone grise des excès pour tomber dans la zone rouge de la maladie".*

À lire aussi



Le 20/01/2025

"C'est une renaissance" : en plein Dry January, un Castelroussin témoigne de sa 14e année sans alcool

"J'ai cette très grande chance de m'en être sortie à 48 ans, suite à un déclic, poursuit Laurence Cottet. Aujourd'hui, je suis dans une abstinence heureuse. Mon combat est de faire comprendre aux gens que ça peut arriver à n'importe qui". Après avoir [vaincu son addiction](#), elle a créé son association France Janvier sobre pour lancer le défi du Dry January dans le pays. *Passer un mois sans boire d'alcool permet d'ouvrir le débat. "C'est important au moins une fois dans l'année de s'interroger sur sa consommation, dit-elle. Cela permet, s'il le fallait, redresser la barre ou aller en parler à quelqu'un si on pense qu'on a un vrai problème".*



France Janvier sobre

Partager



"90% des Français n'ont pas de problème avec l'alcool, explique Laurence Cottet. Mais il est bien, une fois par an, de se tester et de se fixer son propre objectif". L'idée, c'est aussi de s'interroger sur les raisons qui nous poussent à boire. Par envie, par mimétisme, par habitude, par obligation sociale ?

À lire aussi



Le 02/01/2025

"Dry January" : nos huit astuces pour ne pas craquer avant la fin de votre mois sans alcool

Pour mener son combat, **Laurence Cottet a participé à l'écriture du film "Des jours meilleurs"**, où elle joue également un rôle. Le long-métrage est projeté [en avant-première ce mardi 22 janvier à 19h30 au cinéma CGR de Châteauroux](#), suivi par un débat que la présidente de l'association animera.

[Interviews](#)

[Santé publique](#)

[Société](#)

[Vin - Viticulture](#)

Épisodes

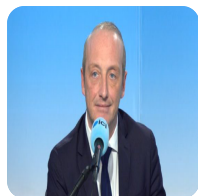
Tous les épisodes



Marinette Pichon, ex-footballeuse de l'équipe de France, donne son nom à un stade à Bourges

Le 24 janvier 2025

6 min



"Être maire d'une commune rurale aujourd'hui, c'est un sacerdoce" : le ministre Laurent Marcangéli en visite en Berry

Le 23 janvier 2025

6 min



Cour d'appel de Bourges : "Les délais s'améliorent et sont parmi les meilleurs de France"

Le 22 janvier 2025

7 min



Cessez-le-feu à Gaza : "Il n'y a plus de bombes, mais la population est démolie", raconte l'association berruyère Médina

Le 20 janvier 2025

6 min



50 ans de la loi Veil sur l'IVG : "Il demeure encore des freins à l'accès à l'avortement pour toutes les femmes"

Le 17 janvier 2025

5 min



Motion de censure contre le gouvernement : "Il y a un moment où il faut arrêter et prendre une autre voie"

Le 16 janvier 2025

6 min



Élections dans les chambres d'agriculture : "Il y a une envie de faire bouger les choses partout en France"

Le 15 janvier 2025

5 min

[Voir tous les épisodes](#)

Les plus écoutés d'ici Berry

Votre radio



Actu, musique et bonne humeur...

Écoutez en direct la radio qui vous ressemble !

ici Berry

En direct : Soirée spéciale Hyper Weekend Festival

Nous contacter



Vous avez une question, une remarque, **un témoignage ?**

ici Berry



Contactez ma radio

Newsletter



Retrouvez chaque soir l'essentiel de l'actualité du jour autour de chez vous.

Radio locale (obligatoire)

ici Berry



Adresse e-mail (obligatoire)

Saisissez votre adresse e-mail

Exemple : nom@email.com

En cliquant sur "M'abonner", j'accepte que les données recueillies par Radio France soient destinées à l'envoi par courrier électronique de contenus et d'informations relatifs aux programmes.

[Plus d'informations.](#)

M'abonner

Retour en haut de page

Le média de la vie locale

Découvrez toute l'actu près de chez vous

Choisir ma région



Le site

[Les derniers podcasts](#)

[Toutes les émissions](#)

[Grille des programmes](#)

[Les directs TV](#)

[Résultats élections](#)

[Archives](#)

[Index des communes](#)

[Plan du site](#)

Autres supports

[Les assistants vocaux](#)

[Application mobile](#)

[Fréquences radios](#) 

[Newsletters](#)

Aide et contact

[Nous contacter](#)

[Charte de modération](#)

[Désabonnement push web](#)

[Gestion des cookies](#)

[Médiatrice Radio France](#) 

[Médiateurs France Télévisions](#) 

[Communiqués de presse](#) 

[Dossier de presse](#)

[Contacter le service presse](#) 

Audiovisuel public

[Radio France](#) 

[France Télévisions](#) 

[franceinfo](#) 

[L'entreprise Radio France](#) 

[L'entreprise France Télévisions](#) 

Réseaux sociaux



Télécharger l'application mobile

[Mentions légales](#)

[Annonces](#)

Accessibilité : **Partiellement conforme**

ici 2025 – Tous droits réservés