

# Au vu de l’actualité internationale, l’OMS déconseille vivement d’arrêter l’alcool en janvier

Après un début d’année particulièrement difficile, l’Organisation Mondiale de la Santé invite la population mondiale à rester raisonnable.

Publié le mar 12 Jan 2026 à 14h00  
Par **La Rédaction**



Bonnes résolutions du nouvel an, Dry January ou simple volonté de faire attention après des fêtes bien arrosées : les Français sont nombreux à vouloir lever le pied sur l’alcool en ce mois de janvier...voire à arrêter totalement. Une décision qui pourrait avoir de graves conséquences sanitaires, alerte l’OMS : *“Vouloir regarder le JT de 20h en étant totalement sobre relève de l’inconscience, ne faites pas ça chez vous”*.

Pour assurer le bien-être mental et physique de toutes et tous, l’OMS préconise d’organiser 5 apéritifs par jour, *“le strict minimum pour écouter un discours de Donald Trump”* selon les responsables de l’organisme. L’objectif est également de renforcer les défenses immunitaires de chacun face à une actualité qui devrait empirer dans les semaines à venir. *“L’alcool peut être consommé dès le réveil, avec un fruit et une tartine beurrée, pour affronter au mieux les flash infos en allant travailler ou les discussions politiques à la machine à café”*, expliquent les médecins de l’organisation.

Ne pas respecter ces consignes sanitaires pourrait avoir de graves conséquences selon les médecins. Dépression, troubles de l’anxiété, idées noires sont autant de risques auxquels vous vous exposez en allumant BFM TV sans avoir consommé deux doses d’alcool au minimum. *“Notre rôle n’est pas d’inciter les gens à boire »*, rappelle l’OMS. *« L’alcool peut ainsi être remplacé par du crack, selon les goûts de chacun. »*

L’organisme compte sur la responsabilité de chacun pour poursuivre les efforts en février, *“qui s’annonce comme janvier, mais sans l’Épiphanie pour tenir le coup”*.

RUBRIQUES CONNEXES: #ALCOOL #DRAME #FEATURED #FRANCE

A NE PAS MANQUER

Les amateurs de brioche des Rois aux fruits confits seront désormais fichés S

SUIVANT

Des agriculteurs qui tentaient de rejoindre Paris font demi-tour après avoir croisé une boucherie végane et un bar à œufs

PUBLICITÉ

## LA RÉDACTION VOUS CONSEILLE



Salon de l’Agriculture – Face à l’épidémie de dermatose nodulaire, les vaches seront remplacées par des moules



Déçu de ne pas avoir eu la fève dans la galette, Emmanuel Macron dissout à nouveau l’Assemblée nationale



Jean-Noël Barrot débute un nouveau mois sans charisme



Des agriculteurs qui tentaient de rejoindre Paris font demi-tour après avoir croisé une boucherie végane et un bar à œufs



Pour transpirer les kilos pris pendant les fêtes, il décide de regarder le spectacle de Marie s’infiltrer



Distract, Bernard Arnault rachète un média qui lui appartenait déjà



En burn-out, Sébastien Lecornu annonce à Donald Trump être à la tête d’un puissant cartel de drogue



Les amateurs de brioche des Rois aux fruits confits seront désormais fichés S

PUBLICITÉ

PUBLICITÉ

PUBLICITÉ

PUBLICITÉ

## LES PLUS CONSULTÉS



SOCIÉTÉ  
**Les amateurs de**



SOCIÉTÉ  
**WhatsApp – Elle**



MEDIAS  
**Distract, Bernard**



MONDE LIBRE  
**Donald Trump**

CULTURE  
**Pour transpirer les**

POLITIQUE  
**En burn-out,**

HOROSCOPE  
**Horoscope du 5**

MONDE LIBRE  
**Fact-check : Y a-t-il**



À PROPOS CONTACT CGU MENTIONS LÉGALES