

# LE DÉFI DE JANVIER

## COMPRENDRE, S'APPROPRIER ET MOBILISER UN LEVIER DE PRÉVENTION EN ALCOOLOGIE

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Expliquer ce qu'est le Défi de Janvier, ses principes, ses objectifs et les raisons de son efficacité.

S'approprier les arguments scientifiques et de santé publique en faveur du Défi de Janvier.

Présenter les résultats de l'enquête scientifique 2024, notamment l'impact du Défi sur la réduction de la consommation d'alcool, quel que soit le niveau initial.

Utiliser l'application MyDéfi comme outil d'auto-repérage, d'accompagnement et de dialogue autour des consommations.

Identifier et mobiliser les outils et ressources disponibles (affiches, flyers, fiches synthétiques validées, supports visuels).

Interroger et déconstruire les représentations sociales et idées reçues autour de l'alcool.

Adapter le Défi de Janvier aux populations spécifiques (femmes, personnes âgées, adolescents, publics en situation de précarité).

Répondre de manière argumentée aux questions des publics accompagnés.

### PUBLIC VISÉ

**Professionnels de santé et acteurs du champ sanitaire et médico-social**, notamment : Médecins (généralistes, spécialistes), Infirmier-e-s, Sages-femmes, Pharmacien-ne-s, Psychologues, Travailleur-se-s sociaux-ales, Professionnels de la prévention et de l'éducation à la santé

### PRÉREQUIS

Aucun prérequis technique ou scientifique spécifique. Une sensibilité aux enjeux de prévention et de santé publique est recommandée.

### INSCRIPTIONS

### CADRE GÉNÉRAL

**Langue** : Français

**Date** : 7 janvier 2026

**Durée** : 2 heures

**Horaires** : 12 h 00 – 14 h 00

**Modalité pédagogique** : Formation à distance – webinaire

### INTERVENANTS

Pr Mickael Naassila, Pr Pascal Perney, Pr Georges Brousse, Dre Cécile Prévost

### TARIFS

Gratuit

### GROUPE

50 participants



Date de dernière mise à jour : Décembre 2025



SOCIÉTÉ FRANÇAISE  
d'alcoolologie & d'addictologie

# LE DÉFI DE JANVIER

## COMPRENDRE, S'APPROPRIER ET MOBILISER UN LEVIER DE PRÉVENTION EN ALCOOLOGIE

Date de dernière mise à jour : Décembre 2025

### PROGRAMME

#### Séquence 1

Le Défi de Janvier : de quoi parle-t-on ?

- Origine et principes
- Pourquoi ça marche ?
- Arguments de prévention et de santé publique

#### Séquence 2

Résultats de l'enquête scientifique 2024

- Méthodologie
- Résultats clés
- Réduction des consommations quels que soient les niveaux initiaux

#### Séquence 4

Outils et ressources disponibles

- Affiches, flyers
- Fiches synthétiques validées
- Supports visuels

#### Séquence 6

Populations spécifiques

- Femmes
- Adolescents
- Personnes âgées
- Publics précaires

#### Séquence 3

L'application MyDéfi

- Présentation de l'outil
- Intérêts pour l'auto-repérage et l'accompagnement

#### Séquence 5

Défi de Janvier et représentations sociales

- Rapport à l'alcool
- Idées reçues et déconstruction

#### Séquence 7

Temps d'échanges et réponses aux questions



### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES MOBILISÉES

- Exposés interactifs
- Supports visuels partagés à l'écran
- Sondages et interactions en direct
- Temps d'échanges et de questions-réponses
- Approche participative favorisant l'appropriation des contenus

### MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation des acquis : Auto-évaluation en fin de formation (questionnaire court en ligne)
- Évaluation de la satisfaction : Questionnaire de satisfaction à chaud (conformité Qualiopi)

### MOYENS TECHNIQUES ET SUPPORTS

- Plateforme de visioconférence sécurisée
- Accès aux ressources numériques (liens, documents PDF)
- Diaporama de présentation
- Application MyDéfi (présentation fonctionnelle)

### ACCESSIBILITÉ & HANDICAP

Contactez Marie-Ange TESTELIN afin que nous puissions adapter la formation [matestelin@sfalcoologie.fr](mailto:matestelin@sfalcoologie.fr).  
si vous avez des problèmes de connections, contactez notre support technique au +33 (0)6 60 58 06 05

