

ALCOOL. Il est toujours temps de faire une pause.

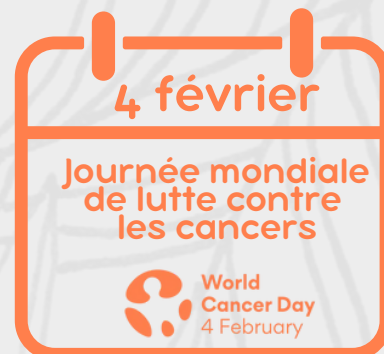
Chaque mois de janvier, des millions de personnes à travers le monde participent au **#DéfiDeJanvier**. À tout moment de l'année, des ressources existent pour s'informer et agir, à son rythme.

ZINFOSCANCER

Compilation d'infos fiables
& ressources régionales
pour (s') informer & agir
janv / fév 2026



INFOS Alcool & Cancers en France



QUESTION ?
auto-évaluation
www.alcoometre.fr



Témoignage : Nout batay contre les addictions



"C'est possible de remonter la pente"
Marc, abstinant depuis 2019



Qui peut m'aider à La Réunion ? > Contacts

Associations, centre d'accueil, soins, ... à La Réunion :

L'annuaire en ligne (
www.dac-lareunion.re/annuaire/
> Sélectionnez Addictions

✗ Arrêter brusquement de boire pour une personne alcoolo-dépendante comporte des risques : si vous avez un doute, consultez votre médecin et/ou renseignez-vous sur Alcool info service.

L'appli MYdefi dans ma poche

Objectif : réduire ma consommation grâce à un coaching personnalisé



Votre avis compte !

Cette information vous a été utile ?
quelles thématiques pour la prochaine édition ?
Scannez ici
15 secondes chrono !



Nos actions Infos Cancers Aller vers Collectif www.caponco.re