

## **Tournée minérale : on se jette à l'eau ? EpiCURA propose de tester son rapport à l'alcool**

### **En bref**

- Le Centre Hospitalier EpiCURA lance une campagne de sensibilisation « Tournée minérale : on se jette à l'eau ? »
- L'objectif : encourager les patients et le grand public à suivre ce défi et à réfléchir à leur propre consommation d'alcool.
- Plusieurs actions sont prévues et un questionnaire d'auto-évaluation a été mis en place afin de mieux comprendre son rapport à l'alcool.

### **Contact presse : Régis Strebelle**

Responsable du service communication : 0478 64 86 36 – [regis.strebelle@epicura.be](mailto:regis.strebelle@epicura.be)

**À l'occasion de la « Tournée minérale », le mois de février sans alcool, le Centre Hospitalier EpiCURA lance une campagne de sensibilisation « Tournée minérale : on se jette à l'eau ? ». L'objectif : encourager les patients et le grand public à suivre ce défi et à réfléchir à leur propre consommation d'alcool.**

Le mois de février est l'opportunité parfaite pour prendre du recul et s'interroger sur ses habitudes de consommation d'alcool. En participant à la « Tournée minérale », chacun peut observer l'impact d'un mois sans alcool sur sa santé physique et mentale. Pour accompagner cette démarche, le service de psychiatrie du Centre Hospitalier EpiCURA met à disposition des ressources pour évaluer et gérer la consommation d'alcool.

### **Un accompagnement personnalisé chez EpiCURA**

Outre le défi de la « Tournée minérale », cette période peut être l'occasion de remettre en question certaines habitudes et d'évaluer sa propre consommation ou celle d'un proche. Le Centre Hospitalier EpiCURA garantit une prise en charge spécifique adaptée à chaque situation. **Prévention, accompagnement et soutien** sont au cœur de la mission d'EpiCURA pour construire avec chaque patient un projet thérapeutique sur mesure.

Pour aller plus loin, un questionnaire d'auto-évaluation a été mis en place afin de mieux comprendre son rapport à l'alcool. Une démarche honnête et introspective peut être le premier pas vers un changement bénéfique.

Parallèlement au questionnaire, plusieurs actions sont également prévues en ce mois de février :

- Sensibilisation du personnel sur les procédures internes
- Les services de psychiatrie et de diététique iront à la rencontre des patients dans les couloirs de l'hôpital
- Campagne d'affichage
- Campagne de sensibilisation sur les réseaux sociaux
- Série de vidéos avec des conseils pour mieux gérer son rapport à l'alcool

---

**Pour tout contact presse**  
[www.epicura.be/journaliste](http://www.epicura.be/journaliste)

Régis Strebelle (responsable)  
Tél : +32 (0)65 76 99 75  
[regis.strebelle@epicura.be](mailto:regis.strebelle@epicura.be)

Manon Cornu  
+32 (0)65 76 99 76  
[manon.cornu@epicura.be](mailto:manon.cornu@epicura.be)

## Les risques liés à la consommation d'alcool

La consommation d'alcool, même modérée, peut engendrer de nombreux risques pour la santé, parmi lesquels :

- Troubles du sommeil
- Troubles cognitifs et psychiatriques
- Impact sur la vie sociale et familiale
- Augmentation du risque de cancer (+33%)
- Dégâts sur l'appareil digestif (+28%)
- Maladies cardiovasculaires (+15%)
- Maladies du système nerveux (+14%)
- Accidents et violences (+10%)

L'alcool est aujourd'hui la deuxième cause de mortalité évitable après le tabac et représente la première cause de décès chez les jeunes âgés de 15 à 29 ans.

Plus d'infos et lien vers le questionnaire : <https://www.epicura.be/alcool>

## Tournée minérale : on se jette à l'eau ?

EpiCURA vous aide à faire le point sur votre consommation d'alcool.



---

**Pour tout contact presse**  
[www.epicura.be/journaliste](http://www.epicura.be/journaliste)

Régis Strebelle (responsable)  
Tél : +32 (0)65 76 99 75  
regis.strebelle@epicura.be

Manon Cornu  
+32 (0)65 76 99 76  
manon.cornu@epicura.be