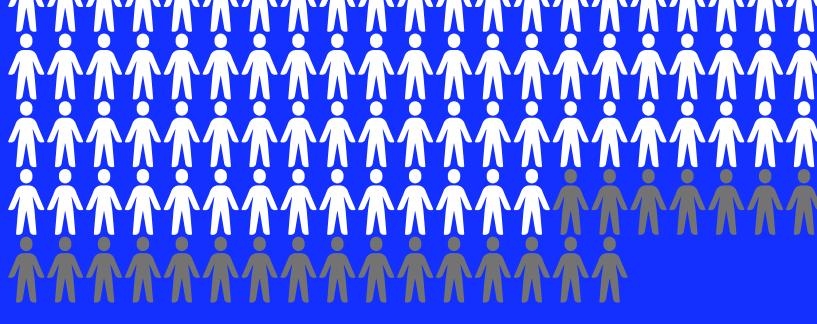




## 1 215 PARTICIPANTS AU LUXEMBOURG



77 % des participants ont réussi le challenge pendant 1 mois.



97% sont prêts à recommencer l'année prochaine.

**“ L'ALCOOL EST LE DEUXIÈME FACTEUR DE RISQUE DU CANCER. C'EST AUSSI UN FACTEUR QUE L'ON PEUT FACILEMENT ÉVITER. ”**

LUCIENNE THOMMES, DIRECTRICE DE LA FONDATION CANCER



4 sur 4 !

73 % des participants ont donné la note maximale au Sober Buddy Challenge.



Cette deuxième édition confirme l'engouement des participants à un mois sans alcool. La plupart d'entre eux ont réussi à tenir plus de 3 semaines, permettant ainsi d'observer les bénéfices à court terme de l'arrêt de l'alcool.

86 % des participants pensent limiter leur consommation à l'avenir.

### MIEUX DORMIR

46% des participants déclarent avoir un sommeil de meilleure qualité.



### FAIRE DES ÉCONOMIES

36 % des participants ont remarqué qu'ils ont fait des économies.



### PERDRE DU POIDS

33 % des participants déclarent avoir perdu du poids ou se sentir mieux dans leur corps.



### SE CONCENTRER

25 % ont remarqué qu'ils avaient plus de facilités à rester concentrés.

