

Tournée Minérale: een maand zonder alcohol

Tournée Minérale komt terug! De campagne van De Druglijn roept iedereen op om in februari 2027, voor het eerst of opnieuw, een maand geen alcohol te drinken.

De cijfers liegen niet: Tournée Minérale werkt

Na elf jaar is Tournée Minérale een vaste waarde geworden. Iedereen kent de campagne, en elk jaar doet ongeveer een op de vijf volwassen Vlamingen eraan mee. Een mix van trouwe én nieuwe deelnemers. En ze hebben gelijk, want onderzoek van de UGent toont aan dat deelnemers een half jaar na de campagne nog steeds gemiddeld twee glazen minder per week drinken dan daarvoor.



Editie 2027 – We gaan samen voor nul

Dat effect willen we in februari opnieuw waarmaken, want nul is geen opoffering: je wint er vooral bij. Nul glazen betekent nul kater en nul opgeblazen gevoel. Een vrijdagmeeting? Daar heb je nul paracetamol voor nodig. Morgen sporten? Nul twijfel.

Dat voel je niet alleen de dag erna, maar de hele maand door - want een maand zonder alcohol is ook een maand werken aan je gezondheid. Zeven op de tien deelnemers voelen dan ook de voordelen: van beter slapen en meer energie tot een betere concentratie, afvallen, een mooiere huid en je gewoon beter in je vel voelen.

Nul is bovendien niet saai. Steeds meer cafés, restaurants en winkels breiden hun alcoholvrij aanbod uit, van bieren tot mocktails. Kiezen voor nul wordt daardoor elk jaar makkelijker - en lekkerder.

Op onze gezondheid

Doe jij deze februari ook mee? Dan ben jij een trotse nul: iemand die voluit voor die maand zonder alcohol gaat, en daar trots op mag zijn. Schrijf je in op www.tourneeminerale.be en ontdek er alle info, handige tips en lekkere alcoholvrije recepten om er een geslaagde maand van te maken. Schrijf je in op de nieuwsbrief en volg de sociale media voor tonnen inspiratie om je alcoholvrije maand leuk en gevarieerd te maken.

En vergeet niet: je doet het niet alleen. Elk jaar gaan meer dan 1 miljoen Vlamingen voor nul. Ook dit jaar doen er weer een aantal bekende gezichten mee. Je maakt dus deel uit van iets groots: samen gaan we voluit voor nul en voelen we alle voordelen van een frisse, gezonde maand.



Tournée Minérale: een maand zonder alcohol

Tournée Minérale komt terug! De campagne van De Druglijn roept iedereen op om in februari 2027, voor het eerst of opnieuw, een maand geen alcohol te drinken.

Editie 2027 – We gaan samen voor nul

Nul is geen opoffering, je wint er vooral bij: nul kater, nul opgeblazen gevoel. Vrijdagmeeting? Nul paracetamol nodig. Morgen sporten? Nul twijfel.



Dat voel je niet alleen de dag erna, maar de hele maand door - want een maand zonder alcohol is ook een maand werken aan je gezondheid. Zeven op de tien deelnemers voelen dan ook de voordelen: van beter slapen en meer energie tot een betere concentratie en je gewoon beter in je vel voelen.

Doe jij deze februari ook mee? Dan ben jij een trotse nul: iemand die voluit voor die maand zonder alcohol gaat, en daar trots op mag zijn.

Blijf op de hoogte

Tournée Minérale ondersteunt deelnemers met tips, getuigenissen, recepten ... Benieuwd? Schrijf je in op de nieuwsbrief en volg Tournée Minérale op Facebook of Instagram.

Op onze gezondheid

Je doet het niet alleen: elk jaar gaan meer dan 1 miljoen Vlamingen voor nul. Doe mee aan de uitdaging en ga in februari voor nul. Schrijf je in op www.tourneeminerale.be.

KORTE VERSIE

Tournée Minérale: een maand zonder alcohol

Tournée Minérale komt terug! De Druglijn daagt iedereen opnieuw uit om in februari een maand geen alcohol te drinken. Want nul is geen opoffering, je wint er vooral bij: nul kater, nul opgeblazen gevoel. Morgen sporten? Nul twijfel! De voordelen voel je de hele maand door - want een maand zonder alcohol is ook een maand werken aan je gezondheid. Ga de uitdaging aan en word een trotse nul: iemand die voluit voor de maand zonder alcohol gaat.

Meer info vind je op www.tourneeminerale.be.

