

Kantelpunten - Gezondheid – Minder Alcohol

Na decennia waarin alcohol diep ingebakken zat in onze cultuur, wordt 2025 een breukmoment: **niet-drinken wordt normaler**. Steeds meer mensen kiezen bewust voor minderen of stoppen, en alcohol is minder “default” op recepties, in restaurants, op festivals en in het nachtleven. Het gesprek is opengeboken: niet alleen over plezier, maar ook over schaamte, controleverlies, gezondheidsschade en herstel.

Die verschuiving is niet louter individueel, maar ook **cultureel**. Het groeit door in nieuwe vormen van uitgaan: **sober parties / sober clubbing** – feesten waar nuchterheid het uitgangspunt is en alcoholvrije alternatieven volwaardig worden geserveerd.

Tegelijk blijft de tegenkracht zichtbaar: alcohol is nog steeds verweven met identiteit, ontspanning en sociale druk. Net daarom wordt het kantelpunt extra scherp door maatschappelijke signalen: verstrengende rechtspraak en de publieke confrontatie met “rijden onder invloed” (bv. het rijverbod/boete voor Ruben Van Gucht na een positieve ademtest).

Laat ons ook niet vergeten dat alcohol de grootste verkeerskost is in ons land : politie, weg infrastructuur aanpassingen, ziekenhuisfacturen, preventie, .. . Alcohol is ook een verdoken probleem in woonzorgcentra .

De kernboodschap: het kantelpunt is **helderheid**. In een land dat lang dronk om te vieren of te vergeten, groeit de moed om nuchter te blijven—uit keuze, niet uit plicht. Er is een positieve start, maar we zijn er nog lang niet.

Laureaat & runners-up



Laureaat – Katrien De Ruyscher

Met de docureeks “**Voorbij de schaamte**” geeft De Ruyscher mensen met (ex-)verslaving een stem en maakt ze het gesprek menselijk: niet moraliserend, maar eerlijk en herkenbaar. Ze doorbreekt schaamte en zet aan tot begrip, hulp zoeken en preventie.



1e runner-up – Kris Dekens

Samen met Brecht Reyniers verloor Kris Dekens hun dochter Hannelore door een bestuurder onder invloed. Hun getuigenis (o.a. in **De Afspraak**) maakt de maatschappelijke kost van alcohol tastbaar en zet aan tot verantwoordelijkheid, verkeersveiligheid en empathie—zonder haat, mét impact.



2e runner-up – Flo Windey

Flo Windey verwoordt een generatieverschuiving: ze kiest expliciet voor (tijdelijke) nuchterheid omdat alcohol grenzen doet vervagen—en normaliseert daarmee “niet drinken” als een volwassen, positieve keuze in plaats van een uitzondering.