# DRY JANUARY : LANCEZ LE DÉFI À VOS AMIS !

Dry January® édition 2023 revient bientôt. Ce défi de ne pas boire d'alcool pendant un mois, nous vous proposons de le relever **avec vos amis**.

- Parce qu'à plusieurs c'est plus fun
- Parce que c'est un vrai défi, pas si facile à tenir
- Parce que ça va vous faire du bien : vous allez vous sentir en meilleure forme
- Parce que vous allez faire des économies

En vous inscrivant sur le site du Dry January vos amis et vous profiterez de conseils et d'astuces pour y arriver. Vous pouvez aussi télécharger l'application Try Dry qui va vous permettre de compter les verres, l'argent et les calories que vous économisez en faisant ce défi.