

# Profitez pleinement de l'été!

## En vacances, si vous choisissez de boire, faites-le avec modération.

RÉDUISEZ  
LES RISQUES  
POUR VOTRE  
SANTÉ

NE BUVEZ PAS  
PLUS DE :

**3/jour**  
15/semaine  
pour les  
hommes

**2/jour**  
10/semaine  
pour les  
femmes



Centre canadien de lutte  
contre les toxicomanies  
Canadian Centre  
on Substance Abuse

[www.cclt.ca](http://www.cclt.ca)

**Directives de  
consommation d'alcool à  
faible risque du Canada**

**BROCHURE DISPONIBLE**  
dans les succursales de la LCBO  
ou en ligne à [www.cclt.ca](http://www.cclt.ca)

**Directives de  
consommation  
d'alcool à  
faible risque  
du Canada**

Boire de l'alcool est un choix  
personnel. Si vous choisissez  
de boire, ces directives vous  
aideront à décider où, quand,  
comment et pourquoi le faire.



Centre canadien de lutte  
contre les toxicomanies  
Canadian Centre  
on Substance Abuse  
© Santé Canada, 2014  
Produit en collaboration avec  
l'Association canadienne des alcoologues