

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 sur
les dépendances et
l'usage de substances

Données. Engagement. Résultats.

www.ccdus.ca

**DIRECTIVES DE
CONSOMMATION D'ALCOOL À
FAIBLE RISQUE DU CANADA**

**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.

