

# **Pour votre santé, l'alcool c'est maximum 2 verres par jour et pas tous les jours**

**Du 26 mars au 14 avril 2019, le Ministère des solidarités et de la santé et Santé publique France lancent une campagne d'information pour rappeler à chacun que la consommation d'alcool comporte des risques et présenter les nouveaux repères de consommation : pour votre santé, l'alcool c'est maximum 2 verres par jour et pas tous les jours.**

Contrairement aux idées reçues, même pour de faibles consommations d'alcool, des risques pour la santé existent: cancers, hémorragies cérébrales, hypertension....

Connaitre [les risques associés à l'alcool](#) et les nouveaux repères de consommation permet de faire le choix éclairé d'une [consommation à moindre risque](#) pour sa santé.

Pour cela, un spot est actuellement diffusé à la télévision, sur les plateformes de vidéos en ligne et sur les réseaux sociaux. Ce dispositif est complété par des chroniques radio et des encarts dans la presse.

## **Pour votre santé, l'alcool c'est maximum 2 verres par jour. Et pas tous les jours !**

---

Afin que chacun puisse évaluer sa consommation d'alcool, Alcool-info-service met également à disposition un nouvel outil pour évaluer sa consommation, [l'Alcoomètre](#). En quelques questions, il vous permet d'estimer les risques associés à votre consommation.

**Articles en lien :**

Les risques associés à l'alcool

Pour une consommation à moindre risque

La consommation régulière

« Je bois un peu tous les jours »

« Je veux réduire ma consommation d'alcool »