LIVRET "ACCOMPAGNER LA RÉDUCTION DE LA CONSOMMATION D'ALCOOL"

Le Respadd est une association de prévention et de réduction des risques liés aux addictions. Il publie un livret à destination du grand public pour « Accompagner la réduction de la consommation d'alcool ».

Avec l'aide de ce livret vous pouvez :

- connaître les risques de votre consommation d'alcool
- évaluer votre consommation
- vous préparer à changer votre consommation
- faire le point sur vos motivations
- recevoir des conseils pour mettre en œuvre la diminution de votre consommation
- vous fixer des objectifs et anticiper les difficultés
- faire le point sur le processus engagé

Découvrez « Accompagner la réduction de la consommation d'alcool ».