

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.

**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....

Connaître 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 »](#)