

Les repères de consommation c'est combien de verres ?

A l'image de Léo et Laura dans cette courte vidéo, connaissez-vous les repères de consommation d'alcool recommandés pour limiter les risques pour sa santé ?

Connaissez-vous les repères de consommation ?

N'hésitez pas à évaluer votre consommation d'alcool avec [l'alcoomètre](#).

Du 8 au 28 mars 2021 retrouvez également la 4e édition de la campagne Alcool « repères » dans les médias et sur les réseaux sociaux.

Articles en lien :

[Même à faible dose l'alcool présente des risques pour la santé](#)

[Pour une consommation à moindre risque](#)

[Je bois un peu tous les jours](#)