

# ALCOOL-IN

**C'EST LA BASE : LA CAMPAGNE QUI DONNE DES CONSEILS AUX JEUNES POUR PASSER DE BONNES SOIRÉES**



En soirée il existe certains réflexes de base pour gérer au mieux l'alcool et passer une bonne soirée avec ses amis. Afin de renforcer ces réflexes ou d'en apprendre de nouveaux, Santé publique France lance la campagne « C'est la Base » à destination des jeunes.

**VOICI LES 8 CONSEILS DE BASE POUR UNE BONNE SOIRÉE ENTRE POTES :**

①  
PENSER  
À MANGER  
AVANT DE BOIRE  
DE L'ALCOOL



②  
GARDER  
UN Oeil  
SUR TES  
POTES  
EN SOIRÉE

③  
BOIRE  
AUSSI  
DE L'EAU  
SI ON  
CONSOMME  
DE L'ALCOOL



④  
NE PAS  
INSISTER  
SI TES POTES  
NE VEULENT  
PAS  
CONSOMMER

⑤  
MOTIVER  
TES POTES  
À MOINS  
CONSOMMER



⑥  
RACCOMPAGNER  
TES POTES  
S'ILS ONT  
TROP BU

⑦  
APPELER DIRECT  
LES SECOURS  
SI TON POTE  
EST EN BAP\*



⑧  
INVITER  
TON POTE  
À DORMIR  
CHEZ TOI  
S'IL N'EST  
PLUS EN ÉTAT

↙  
**C'EST LA  
BASE**

RETROUVEZ ÉGALEMENT DES CONSEILS DANS LES VIDÉOS SUIVANTES :

FAIRE ATTENTION À TES POTES EN SOIRÉE, C'EST LA BASE !

N'hésitez pas à partager ces vidéos autour de vous !

La campagne « C'est la Base » s'accompagne aussi d'un partenariat avec Konbini, qui propose des vidéos de coaching pour dire non à l'alcool en soirée, des tests de Pure Pote et les Trou Stories de plusieurs influenceurs.

Retrouvez ces contenus sur la chaîne YouTube d'Alcool info service