

# ALCOOL-IN

## 6 CONSEILS DE SANTÉ POUR NE PAS SE GÂCHER LA FÊTE

A l'occasion de l'Euro 2016, Santé publique France publie deux cartes postales « 6 conseils de santé pour ne pas se gâcher la fête ». Ces cartes postales sont mises à la disposition du public dans les villes hôtes des matchs. Elles permettent aussi de trouver les ressources vers lesquelles se tourner en cas de question ou de problème.



Le troisième conseil invite les supporters à modérer leur consommation d'alcool en ville et dans les fans zones. La consommation de grandes quantités d'alcool comporte en effet des risques immédiats qu'il est bon de connaître pour ne pas se mettre en danger.

Les personnes qui ne parviennent pas à boire modérément peuvent échanger sur les forums d'Alcool info service qui abordent la question du contrôle de la consommation.

La difficulté à arrêter ou à aider l'autre, les excès inquiétants d'un proche, trouvent une oreille attentive sur la ligne d'écoute au 0 980 98 930 (7j/7 de 8h à 2h). Aussi bien par téléphone que grâce à la rubrique Adresses utiles chacun peut trouver les coordonnées d'une structure pour être aidé dans sa démarche.

### Téléchargez les cartes postales :

6 conseils de santé pour ne pas se gâcher la fête - v1 (pdf - 327,42 kb)

6 conseils de santé pour ne pas se gâcher la fête - v2 (pdf - 289,14 kb)

### Articles en lien :

La consommation ponctuelle et excessive

Quand je bois je ne sais pas m'arrêter

Comment aider un proche ?