

## L'ALCOOL ET VOUS

# JE N'AI PAS ENVIE DE BOIRE DE L'ALCOOL EN SOIRÉE MAIS JE ME SENS OBLIGÉ

Pour certains, ne pas boire de l'alcool en soirée signifie ne pas être "dans le même délire".

Peut-être vous a-t-on déjà dit : « Ça va, lâche-toi », « Regarde, tout le monde boit » ? Face à ces remarques, vous êtes mal à l'aise. Parfois vous avez même l'impression de jouer les trouble-fêtes.

Une chose est sûre : l'alcool n'est pas obligatoire pour faire la fête. Vous avez le droit de ne pas aimer l'alcool, de ne pas en supporter les effets ou de ne pas vouloir lier automatiquement « faire la fête » et boire.

Savoir dire non signifie assumer qui on est. Vous êtes libre de choisir ! Ne vous obligez pas à faire quelque chose que vous n'aimez pas, juste pour faire comme les autres.

Ne pas boire, ou très peu, n'empêche pas de s'amuser, de rire ou de danser. Écarter l'alcool ne suppose pas de vous écarter de la fête.

**Il n'y a aucune raison pour que vos amis, s'ils le sont réellement, ne vous acceptent pas tel que vous êtes. La diversité fait la richesse d'un groupe. Alors affirmez votre différence, ils pourraient apprécier.**

