

## FAIRE LE POINT SUR SA CONSOMMATION D'ALCOOL C'EST FACILE !

---

La Journée mondiale de la Santé (7 avril) est l'occasion pour Alcool info service de rappeler qu'en France un jeune consommateur d'alcool peut faire gratuitement le point sur sa consommation.

*En soirée, quand vous commencez à boire vous n'arrivez plus à vous arrêter ?*

*Quand vous avez bu vous faites des choses que vous regrettez ensuite ?*

*Après les soirées cela vous arrive d'avoir des trous noirs et de ne plus vous souvenir de ce que vous avez fait ?*

*Vos amis trouvent que vous buvez trop ?*

Vous pouvez faire le point en toute confidentialité avec un professionnel dans une Consultation jeunes consommateurs (CJC).

Il y en a sûrement une près de chez vous :

adresse, ville ou département

### Articles en lien :

[Comment savoir si j'ai un problème avec l'alcool ?](#)

[En soirée, je ne sais pas m'arrêter de boire](#)