

L'alcool et vous

## **En soirée, oui on peut dire non**

Oui on peut dire non à un verre d'alcool.

Alors qu'on n'a pas forcément envie de boire, il y a toujours quelqu'un pour vous proposer un verre. Pas toujours facile de refuser...

La consommation d'alcool n'est pourtant pas sans risques : accident de la route, rapports sexuels non consentis ou non protégés, violences subies ou provoquées, malaises et comas éthyliques, chutes, risques de voir circuler sur les réseaux sociaux des images de soi dégradantes, vulnérabilité au vol, risques à plus long terme sur la santé...

Alors pour passer une bonne soirée toute la soirée, il existe plein de techniques pour esquiver l'alcool et les risques liés à sa consommation, sans pour autant vous désolidariser du groupe.