

LA PLUPART DES ÉTUDIANTS PLANIFIENT LEUR SOIRÉE

Mangez
avant et pendant
que vous buvez

20 h



**Buvez votre
verre**
plutôt que de
le caler

23 h



22 h
Limitez-vous
à 1 verre standard
par heure



0 h
Alternez
avec
des boissons non
alcoolisées

**Connaissez
vos limites**
et respectez-les

1 h



PEP – MA
Partenariat en
éducation postsecondaire
Méfaits de l'alcool