



Alcochoix+

Je bois, j'y vois.

Alcochoix +

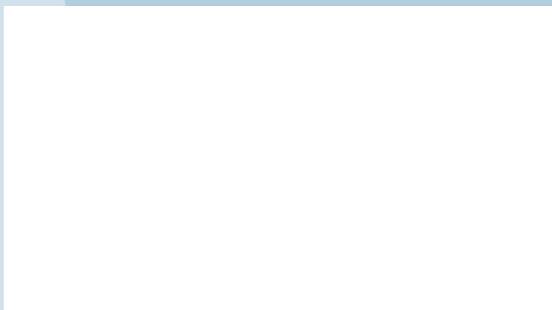
c'est une offre de service professionnel,
CONFIDENTIEL ET GRATUIT !

Alcochoix +
respecte votre rythme

Le rôle des intervenants consiste à vous accompagner
dans votre démarche de recherche de solutions qui
répondent à vos besoins.



Contactez :



07-804-02FA

www.alcochoixplus.gouv.qc.ca

Educ alcool
appuie Alcochoix+

Santé
et Services sociaux
Québec



Québec



Votre consommation d'alcool vous préoccupe ?

Vous prenez environ de 10 à 35 consommations d'alcool par semaine ?

 **Alcochoix+**, c'est un programme de prévention qui :

- s'adresse aux **femmes** et aux **hommes** préoccupés par leur consommation d'alcool et désirant modifier leurs habitudes.

 **Alcochoix+**, c'est pour des adultes qui :

- se questionnent sur les impacts liés à leur consommation (manque d'énergie ? Problèmes relationnels ? Baisse de rendement au travail ? Changement dans l'état de santé, etc.)

 **Alcochoix+**, c'est une occasion :

- de faire le point sur l'état de votre consommation ;
- de recevoir de l'information pour faire des choix éclairés ;
- d'identifier des moyens concrets pour améliorer vos habitudes de consommation.

Alcochoix+

c'est une démarche qui s'adapte à vos besoins!

 **Formule autonome**

La personne chemine seule en utilisant le guide **Alcochoix+**.

 **Formule dirigée**

La personne chemine seule en utilisant le guide **Alcochoix+**, auquel s'ajoutent quelques rencontres individuelles avec un intervenant.

 **Formule de groupe**

Le programme est offert dans le cadre de six séances de groupe animées par un intervenant.

