

Limiti del consumo di alcolici per un minor rischio di danni alla salute

WWW.SOPA.si

Valido per persone adulte sane.

Non valido per: bambini e adolescenti, gestanti e donne che allattano, autisti professionisti, ammalati...



2
al giorno



Non più di 2 bicchieri/giorno

Non più di 14 bicchieri/settimana*

Non oltre 5 bicchierini per occasione



1
al giorno



Non più di 1 bicchiere/giorno

Non più di 7 bicchieri/settimana*

Non oltre 3 bicchierini per occasione



L'unità di bevanda alcolica

*Per tutte le quantità indicate, dovrebbe esserci almeno un giorno alla settimana completamente senza alcol.

Ogni anno muoiono **650** persone. Quasi la metà degli Sloveni beve in modo eccessivo.

NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje

SOPA Strategija za
odgovorno
uporabo alkohola

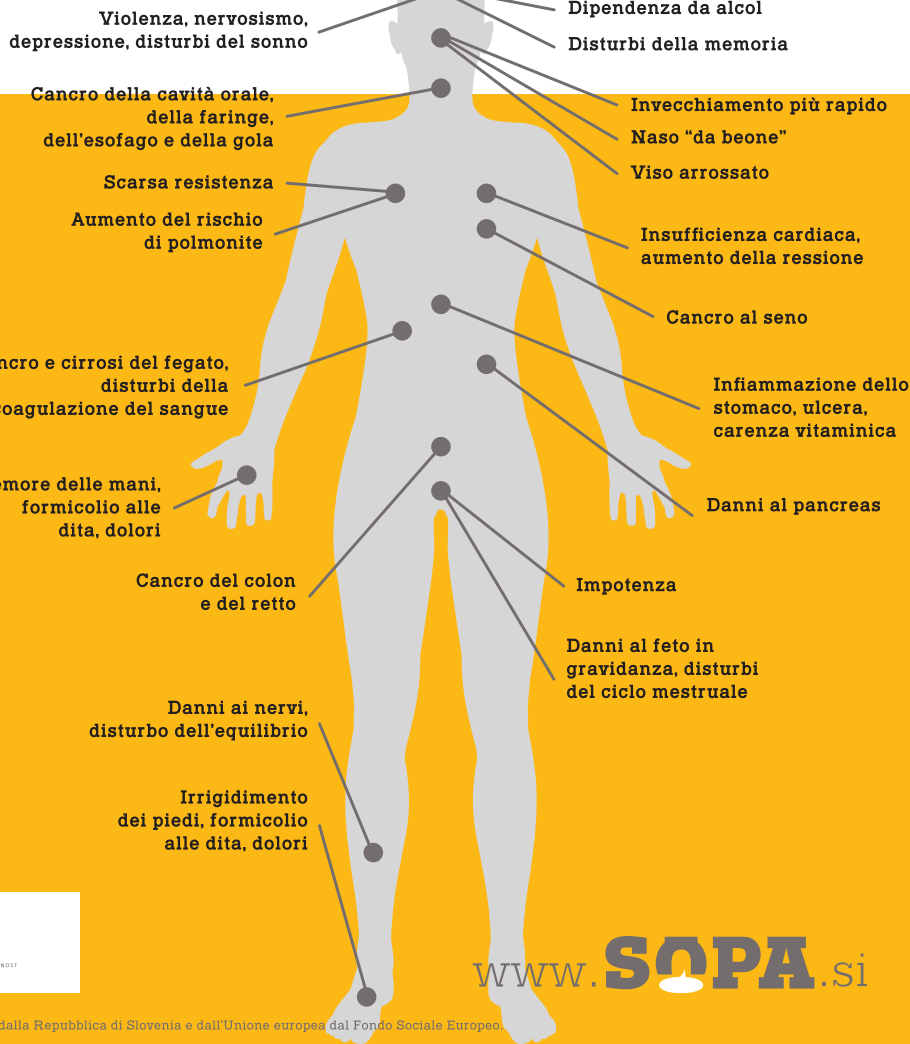
EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI
SOCIALNI SKLAD
PRAVEDNA VSAKO PRILIKOST

Gli effetti nocivi dell'eccesso di bevande alcoliche sull'organismo.

Cosa dire della salute mentale, dei problemi in famiglia, degli incidenti stradali ecc ... ?

Per un aiuto nell'abbandonare l'eccessivo consumo di bevande alcoliche potete rivolgervi a un medico **personale di vostra**

Adattato secondo: * Babor TF et al. AUDIT. Geneve: who, 2001
/ * WHO, 2014: Global status report on alcohol and health



NIJZ Nacionalni inštitut za javno zdravje

SOPA Služba za odpravo odvisnosti od alkohola

EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI SOCIALNI SKLAD
NAKUPNA V VRED PRIDONOST

WWW.SOPA.si