TOURNÉE MINÉRALE

Peu importe notre consommation d'alcool,
on a toutes et tous nos raisons d'y participer !

Ici, je peux en parler avec un·e professionnel·le de santé.

Infos, aide et conseils :
tournee-minerale.be

tournee-minerale.be

POUR TESTER MON RAPPORT À L'ALCOOL & PRENDRE SOIN DE MA SANTÉ

JE RELÈVE LE DÉFI DE LA TOURNÉE MINÉRALE, AUX CÔTÉS D'1,5 MILLION DE BELGES.

Et pourquoi pas, comme 8 participant·es sur 10, en ressentir certains de ses bienfaits ?

- "Mon état de santé générale s'est amélioré"
- "J'ai mieux dormi"
- "Je me suis senti·e mieux dans ma peau"
- "J'ai mangé plus sainement"
- "J'ai eu plus d'énergie"
- "J'ai perdu du poids"
- "J'ai diminué durablement ma consommation d'alcool"

Envie d'aller plus loin ?

- Des infos, du soutien sur tournee-minerale.be & je rejoins la communauté Tournée Minérale® sur les réseaux sociaux (tourneemineralebefr, Tournée Minérale Belgique) ;
- Je fais le test pour évaluer ma consommation d'alcool sur alcool.aide-en-ligne.be/se-tester ;
- Des infos et des outils pour m'aider à réduire ma consommation seul·e ou accompagné sur alcool.aide-en-ligne.be ;
- Une carte interactive pour trouver un·e spécialiste (alcoologue) dans ma région sur reseaualcool.be ;
- J'en parle à un·e professionnel·le de santé.

Éditeur responsable : Martin de Duve, Univers santé asbl

En février, je teste ma relation à l'alcool.
Ensemble, relevons le défi !

Une campagne initiée par la Fondation Contre le Cancer et De Druglijn.
Coordonnée par Univers santé
Avec le soutien de Fédération Wallonie-Bruxelles, AVIQ, Question Santé