

Alcool et vieillissement



Le saviez-vous?

L'alcool peut affecter votre équilibre, votre coordination et votre temps de réaction. Cela peut augmenter le risque de chutes et d'autres blessures avec l'âge.

Il est peut-être temps de revoir votre façon de boire.

Envisager des alternatives à l'alcool.

Visitez le site Web de la CCSMPA pour obtenir des conseils et de délicieuses recettes de mocktails.



Besoin d'aide pour changer vos habitudes?
Parlez-en à votre fournisseur de soins de santé.