



Volite li popiti?

ČAK I AKO ZNATE
DA ALKOHOL MOŽE
UZROKOVATI 7 VRSTA
RAKA I OVISNOST!?

SVAKIM POPIJENIM
PIĆEM RIZIK SE
POVEĆAVA.



15.11. - 15.12. Mjesec borbe protiv ovisnosti



IMATE LI I VI PROBLEM S PIJENJEM ALKOHOLA?

- Ne možete se zabaviti bez alkohola.
- Pijete da biste se napili.
- Redovito pijete veće količine alkohola.
- Rano ujutro imate potrebu za alkoholom.
- Imate problema s posljedicama prekomjernog pijenja.
- Uznemiruju Vas kritike i predbacivanja drugih zbog pijenja alkohola.
- Imate obiteljskih problema zbog pijenja.
- Sve češće razmišljate o prestanku pijenja.
- Osjećate krivnju zbog pijenja alkohola.

Prekomjerno pijenje alkoholnih pića povezano je s povećanim rizikom obolijevanja, ozljeđivanja i umiranja. Od štetnog djelovanja alkohola nije pošteđen niti jedan organ.

VJERUJTE – PROMJENE SU MOGUĆE!

Mnogi su ljudi priznali da imaju problem s pijenjem i učinili prvi korak u njegovom rješavanju. I Vi to možete! Vratite kontrolu nad svojim zdravljem. Donesite odluku o promjeni životnog stila – danas! Izbjegavajte pića koja sadrže alkohol. Ako pijete činite to vrlo umjereno. Potražite pomoć i podršku. Budite ustrajni!



HRVATSKI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO
ROCKEFELLEROVA 7 / HR-10000 ZAGREB
+385 1 4863 267 / www.hzjz.hr