



# les équivalences

fiche N°4



Vin  
10cl à 12°



Whisky  
2,5cl à 45°



Champagne  
10cl à 12°



Bière  
25cl à 4,5°

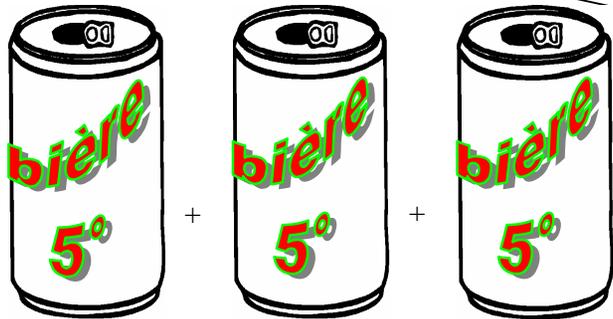


Apéritif  
7cl à 18°



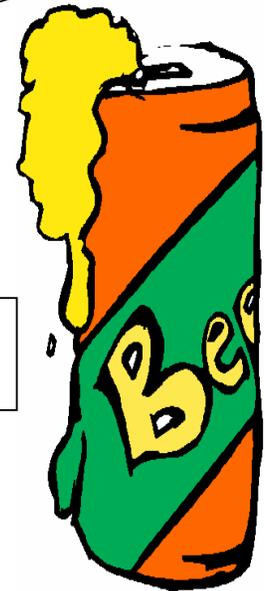
Digestif  
2,5cl à 45°

Au bar ou au restaurant,  
toutes ces boissons contiennent  
10g d'alcool pur



3 cannettes de 33cl de  
bière ordinaire (5°)  
= 4 verres standards

1 cannette de 50cl de bière forte (8°6)  
= 4 verres standards



**Au delà de cette limite:   ▶ 3 verres par jour pour les hommes  
  ▶ 2 verres par jour pour les femmes  
  vous prenez des risques pour votre santé (seuil OMS)**