

Quand et comment aborder la question de l'alcool avec mon ado ?

Il n'est jamais trop tôt (ni trop tard) pour commencer à parler d'alcool avec votre enfant. En parler ouvertement favorisera **une relation de confiance et préviendra les consommations à risque**. Vos conseils et votre soutien contribuent à sa sécurité, même s'ils ne sont pas toujours bien accueillis par celui-ci. Vous n'avez pas besoin d'être un expert, mais réfléchissez à ce que vous voulez dire et soyez prêt à répondre à l'ensemble de ses questions sans jugement. Il est important que votre enfant connaisse les dangers induits par l'alcool (accidents, violences, dépendances...).

Donnez l'exemple si vous le pouvez. Montrez à votre enfant qu'**il vous est possible de refuser de** boire un verre, que vous ne buvez pas tous les jours et que vous vous amusez sans alcool. Le Défi de janvier est une bonne occasion! 😊

💡 Visionnez la vidéo [Zéro alcool pour les ados - Questions de parents, réponses d'experts](#) pour obtenir plus de conseils !